TG/TEL/25/A3731

నిజం
దృష్టి తెలుగు న్యూస్

WANTED
రిపోర్టర్లు కావలెను
నిజం దృష్టి తెలుగు న్యూస్
దినపత్రికలో పనిచేయుటకు తెలంగాణ,ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం లోని అన్ని జిల్లా కేంద్రాలకు రిపోర్టర్లు కావలెను
ఆయా జిల్లాల్లోని రాజకీయాలు, ఇతర అంశాలపై లోతైన విశ్లేషణలు రాయగల సామర్ధ్యం ఉండాలి, అనుభవం గల వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును.
సెల్: 9247842354

హైదరాబాద్ | ఎడిటర్: వరుదు సుజాత | సంపుటి:-1 | సంచిక:-239 | పేజీలు:-4 | బుధవారం 12-08-2026

SIMULTANEOUSLY PRINTED AT ADHILABAD I HYDERABAD |NALGONDA | KHAMMAM | KARIMNAGAR | KURNOOL | MAHABOOBNAGAR | WARANGAL | MANGALAGIRI | NELLORE | NIZAMABAD | ANANTAPUR | GUNTUR| KADAPA | ONGOLE | RAJAHMUNDRY | SRIKAKULAM | TADEPALLI GUDEM | TIRUPATHI | VIJAYAWADA | VISAKHAPATNAM

డిసెంబర్‌లో 'ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ గ్లోబల్ సమ్మిట్' భారీ పెట్టుబడులే లక్ష్యం

- సదస్సును అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో నిర్వహించాలని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి ఆదేశం
- గతేడాది వచ్చిన పెట్టుబడులు, సాధించిన పురోగతిపై నివేదిక కోరిన సీఎం
- వ్యాపార ప్రముఖులను సదస్సులో సత్కరించేలా ప్రణాళిక
- హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు ఫేజ్-2 పనులపైనా సీఎం సమీక్ష
- రద్దీకి అనుగుణంగా అదనపు కోచ్‌లు సమకూర్చుకోవాలని ఆదేశం

తెలంగాణకు భారీ పెట్టుబడులను ఆకర్షించడమే లక్ష్యంగా డిసెంబరులో 'ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ గ్లోబల్ సమ్మిట్' నిర్వహించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సిద్ధమవుతోంది. సదస్సును అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో నిర్వహించాలని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. గత ఏడాది సదస్సు ద్వారా వచ్చిన పెట్టుబడులు,

సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సోదరులపై కేటీఆర్ సంచలన ఆరోపణలు

- సీఎం సోదరులు షెల్ కంపెనీలతో లబ్ధి పొందుతున్నారని కేటీఆర్ ఆరోపణ
- బెసరాక్ కంపెనీకి రూ.200 కోట్ల విలువైన భూమి కేటాయించారని విమర్శ
- కేవలం లక్ష రూపాయల మూలధనంతో కంపెనీ ఏర్పాటు చేశారని వెల్లడి
- రేవంత్ సోదరులకు షెల్ కంపెనీలు.. భారీగా లబ్ధి: కేటీఆర్ సంచలన ఆరోపణలు

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సోదరులు నామమాత్రపు అర్హతలతో భారీ కంపెనీలను రిజిస్టర్ చేస్తూ,- మిగతా 2 లో

పింగళి వెంకయ్యకు ఇచ్చే నిజమైన గౌరవం భారతరత్న మాత్రమే

- భారత జాతీయ పతాకాన్ని రూపొందించిన మహనీయుడు పింగళి వెంకయ్య అన్న వీహెచ్
- భారతరత్న ఇవ్వడం ద్వారానే ఆయనకు నిజమైన గౌరవం లభిస్తుందని వ్యాఖ్య

పింగళి సేవలను మోదీ ఎందుకు విస్మరిస్తున్నారో అని ప్రశ్న భారత జాతీయ పతాకాన్ని - మిగతా 2 లో

రిసెప్షన్ కు తరలి వచ్చిన అగ్ర రాజకీయ నేతలు

- రాజకీయ వైరాలు పక్కనబెట్టి ఒకే చోట.. రేవతి సూలే రిసెప్షన్‌లో ప్రధాని మోదీ, అమిత్ షా, రాహుల్ గాంధీ
- వైభవంగా సుప్రియా సూలే కుమార్తె రేవతి సూలే వివాహ రిసెప్షన్
- ఆప్యాయంగా పలకరించుకున్న నేతలు

ఢిల్లీ వేదికగా దేశ రాజకీయాలలోని దిగ్గజ నేతలందరూ ఒకే వేదికపై కొలువుదీరిన ఒక అరుదైన, ఆసక్తికర ఘట్టం ఆవిష్కృతమైంది. ఎన్సీపీ (ఎస్పీ) వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్, ఎంపీ సుప్రియా సూలే

చరిత్ర మన్మోహన్ సింగ్‌ను గౌరవంగా గుర్తుంచుకుంటుంది

- బొగ్గు కుంభకోణం కేసు క్లీన్ చిట్‌పై సోనియా గాంధీ
- మన్మోహన్ పై రాజకీయ దుష్ప్రచారాలకు తెరపడిందన్న సోనియా
- విచారణ కోర్టు తీర్పును సుప్రీంకోర్టు తప్పుపట్టడాన్ని స్వాగతించిన సోనియా
- సీబీఐ, ఈడీ వంటి సంస్థలను రాజకీయాలకు వాడుకుంటున్నారని మండిపాటు

బొగ్గు బ్లాకుల కేటాయింపు కేసులో మాజీ ప్రధాని మన్మోహన్ సింగ్‌కు సుప్రీంకోర్టు క్లీన్ - మిగతా 2 లో

'హర్ ఘర్ తిరంగా'లో పాల్గొనాలని మోదీ పిలుపు

- ప్రతి ఇంటా త్రివర్ణ పతాకం ఆగస్టు 15ను పండుగలా జరుపుకుందాం: మోదీ
- ఆగస్టు 15న ప్రతి ఇంటా త్రివర్ణ పతాకం ఎగరేయాలని సూచన
- స్వాతంత్ర్య సమరయోధులకు నివాళు లర్పించాలని విజ్ఞప్తి
- 'వికసిత్ భారత్' నిర్మాణానికి ప్రతిజ్ఞ చేయాలని పిలుపు
- ఈ ఏడాది 'వందేమాతరం'కు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యం

స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా 'హర్ ఘర్ తిరంగా' కార్యక్రమంలో ప్రజలు చురుగ్గా పాల్గొనాలని- మిగతా 2 లో

హస్త కళాకారులకు అండగా ప్రభుత్వం

- హస్త కళాకారులకు నాణ్యమైన కలప సరఫరాపై పవన్ సమీక్ష
- కేవలం నిర్వహణ ఖర్చులకే కలప అందించాలని ఆదేశం
- రాష్ట్రంలోని ఆరు ప్రాంతాల్లో క్రాఫ్ట్ వుడ్ బ్యాంకుల ఏర్పాటుకు చర్యలు
- దళారుల వ్యవస్థను నిర్మూలించి, కళాకారులకు అండగా నిలవడమే లక్ష్యం

రాష్ట్రంలోని సంప్రదాయ హస్తకళాకారులకు అండగా నిలిచేందుకు ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం కీలక - మిగతా 2 లో

మయన్మార్‌లో చిక్కుకున్న ఏపీ యువతను ఆదుకుంటాం

- మయన్మార్‌లో చిక్కుకున్న ఏపీ యువతకు మంత్రి లోకేశ్ హామీ
- బాధితులను స్వదేశానికి రప్పించాలని అధికారులకు ఆదేశం
- బ్యాంకాక్ ఉద్యోగాల పేరుతో మోసపోయిన బాధితులు
- సైబర్ నేరాల పట్ల యువత అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచన

ఉద్యోగాల పేరుతో మోసపోయి మయన్మార్‌లో చిక్కుకున్న ఆంధ్రప్రదేశ్ యువతకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం - మిగతా 2 లో

పరుగులు పెడుతున్న ఏపీ ఆర్థిక వ్యవస్థ జాతీయ సగటు కంటే మెరుగైన వృద్ధి

- జాతీయ సగటును మించి ఏపీ ఆర్థిక వృద్ధి నమోదు
- 2025-26లో 9.9 శాతానికి చేరిన రాష్ట్ర స్థూల ఉత్పత్తి వృద్ధి రేటు
- వ్యవసాయ, పారిశ్రామిక, సేవా రంగాల్లో గణనీయమైన ప్రగతి
- ఎల్ నినో ప్రభావంపై సీఎం చంద్రబాబు ఆందోళన
- సంక్షోభంలోనూ 15% వృద్ధి లక్ష్యంగా పనిచేయాలని అధికారులకు ఆదేశం

ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆర్థిక వ్యవస్థ స్థిరమైన వృద్ధి పథంలో పయనిస్తోంది. జాతీయ వృద్ధి రేటును అధిగమించి, వరుసగా రెండో ఏడాది కూడా రాష్ట్రం మెరుగైన ప్రగతిని నమోదు చేసింది. 2025-26 ఆర్థిక సంవత్సరంలో రాష్ట్ర స్థూల ఉత్పత్తి (ుజాఖా) వృద్ధి రేటు 9.9 శాతానికి చేరుకున్నట్లు జులై 2026 నెలవారీ ఆర్థిక నివేదిక స్పష్టం చేసింది. ముఖ్యమంత్రి క్యాంపు కార్యాలయంలో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడుకు ప్రణాళికా విభాగం

ఆంక్షలు విధించడం అమెరికాకు వ్యసనంగా మారింది

- ఇరాన్ విదేశాంగ శాఖ తీవ్ర వ్యాఖ్యలు
- అమెరికా ఆర్థికమంత్రి వ్యాఖ్యలపై మండిపడ్డ ఇరాన్

లక్ష్యాలను సాధించడంలో విఫలమైనప్పుడల్లా ఆంక్షల అస్త్రాలను ప్రయోగిస్తోందని మండిపాటు

ఆంక్షల బెదిరింపులతో తమను లొంగదీసుకోలేరని వ్యాఖ్య

ప్రపంచవ్యాప్తంగా వివిధ దేశాలపై, ముఖ్యంగా తమ దేశంపై ఆర్థిక ఆంక్షలు విధించడం అమెరికాకు ఒక అలవాటుగా, చివరకు వ్యసనంగా మారిపోయిందని ఇరాన్ విదేశాంగ శాఖ ప్రతినిధి ఇస్మాయిల్ బఘాయీ తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. ఆంక్షల ద్వారా ఇరాన్‌ను 'ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తున్నాం'- మిగతా 2 లో

యుద్ధ నేరాల కేసులో సిరియా మాజీ అధ్యక్షుడు అసద్‌కు మరణశిక్ష

- బషర్ అల్ అసద్‌కు మరణశిక్ష
- అసద్ తమ్ముడు మహెర్‌కూ అదే శిక్ష
- సమీప బంధువు అతీఫ్ నజీబ్‌కూ మరణశిక్ష
- యుద్ధ నేరాలు, మానవ హక్కుల ఉల్లంఘనల నేరాలపై తీర్పు
- చిన్నారుల హత్య, హింసతో దోషిగా తేలిన నజీబ్

సిరియా మాజీ అధ్యక్షుడు బషర్ అల్ అసద్‌కు మరణశిక్ష విధించారు. 14 ఏళ్ల సిరియా అంతర్యుద్ధం సమయంలో జరిగిన యుద్ధ నేరాలు, మానవ హక్కుల హననానికి సంబంధించిన కేసులో ఆయన్ను దోషిగా తేల్చిన కోర్టు కఠిన- మిగతా 2 లో

మయన్మార్‌లో చిక్కుకున్న ఏపీ యువతను ఆదుకుంటాం

మొదటిపేజీ తరువాయి – అండగా నిలుస్తుందని ఐటీ, విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ భరోసా ఇచ్చారు. బ్యాంకాక్‌లో ఉద్యోగాలంటూ నమ్మించి కొందరిని మయన్మార్‌కు తరలించిన నేపథ్యంలో బాధితులను సురక్షితంగా స్వస్థలాలకు రప్పించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆయన ఏపీ భవన్ అధికారులను ఆదేశించారు. వివరాల్లోకి వెళితే.. బ్యాంకాక్‌లో మంచి ఉద్యోగాలు ఇప్పిస్తామన్న సైబర్ నేరగాళ్ల మాటలు నమ్మిన పలువురు నిరుద్యోగ యువకులు మయన్మార్‌లో చిక్కుకుపోయారు. ఈ విషయంపై స్పందించిన మంత్రి లోకేశ్, బాధితులకు ప్రభుత్వం అన్ని విధాలా సహాయం అందిస్తుందని స్పష్టం చేశారు. వారిని సురక్షితంగా వెనక్కి తీసుకువచ్చేందుకు అవసరమైన అన్ని చర్యలు చేపడతామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి లోకేశ్ యువతకు కీలక సూచనలు చేశారు. సైబర్ నేరగాళ్ల పన్నే ఉచ్చులో పడొద్దని, ఉద్యోగాల విషయంలో పూర్తిస్థాయిలో ఆరా తీయకుండా ఎవరినీ నమ్మవద్దని హితవు పలికారు. ఇలాంటి మోసాలపై యువత చైతన్యవంతులై అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు.

హస్త కళాకారులకు అండగా ప్రభుత్వం

మొదటిపేజీ తరువాయి – నిర్ణయం తీసుకుంది. వారికి అవసరమైన నాణ్యమైన కలపను ఎటువంటి లాభాపేక్ష లేకుండా, అసలు ధరకే అందించాలని ఉప ముఖ్యమంత్రి, అటవీ పర్యావరణ శాఖ మంత్రి పవన్ కల్యాణ్ అధికారులను ఆదేశించారు. రాష్ట్రంలో 'క్రాఫ్ట్ వుడ్ బ్యాంకుల' ఏర్పాటుపై సోమవారం ఆయన సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పవన్ కల్యాణ్ మాట్లాడుతూ.. కలప సేకరణ, రవాణా, నిల్వకు అయ్యే వాస్తవ వ్యయాన్ని మాత్రమే వసూలు చేస్తూ చేతివృత్తుల వారికి ముడిసరుకును సరఫరా చేయాలని స్పష్టం చేశారు. ముడిసరుకు కొరతతో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న కళాకారులకు ఈ వుడ్ బ్యాంకులు ఒక భరోసాగా నిలవాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు. ఈ ప్రక్రియలో దళారుల ప్రమేయాన్ని పూర్తిగా తొలగించడం ద్వారా కళాకారుల ఉత్పత్తి వ్యయం తగ్గి, వారికి ఆర్థిక భరోసా లభిస్తుందని వివరించారు. రాష్ట్రంలోని కొండపల్లి, ఏటికొప్పాక, సెట్టిగుంట, మాధవమాల, ఉదయగిరి, బొబ్బిలి వంటి ఆరు ప్రధాన కేంద్రాల్లో ఈ క్రాఫ్ట్ వుడ్ బ్యాంకులను ఏర్పాటు చేయనున్నారు. కొండపల్లి బొమ్మలకు అవసరమైన తెల్లపొనికి, ఏటికొప్పాక హస్తకళలకు వినియోగించే అంకుడు, బొబ్బిలి వీణల తయారీకి వాడే పనస, రోజ్‌వుడ్ వంటి కలపను ఈ బ్యాంకుల ద్వారా సరఫరా చేస్తారు. అలాగే, రాజమండ్రి సెంట్రల్ వుడ్ బ్యాంకులో వెదురు, టేకు వంటివి అందుబాటులో ఉంటాయి. అరుదైన కలప జాతుల లభ్యతను మ్యాపింగ్ చేసి, వాటిని అటవీ నర్సరీలలో సాగు చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలని పవన్ అధికారులను ఆదేశించారు.

సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సోదరులపై కేటీఆర్ సంచలన ఆరోపణలు

మొదటిపేజీ తరువాయి – రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ద్వారా పెద్ద ఎత్తున లబ్ధి పొందుతున్నారని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తీవ్ర ఆరోపణలు చేశారు. తెలంగాణ భవన్‌లో మంగళవారం ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ముఖ్యమంత్రి సోదరులు బడా కంపెనీలకు యజమానులుగా మారుతున్నారని కేటీఆర్ ఆరోపించారు. కనీసం ఒక్క ఉద్యోగి కూడా లేని కంపెనీలను చిన్న నివాసాల చిరునామాలతో రిజిస్టర్ చేయించారని పేర్కొన్నారు. అటువంటి ఒక కంపెనీకే దాదాపు రూ. 200 కోట్ల విలువైన ఐదు ఎకరాల భూమిని ప్రభుత్వం కట్టబెట్టిందని విమర్శించారు. ముఖ్యంగా, అనుముల కొండల్ రెడ్డి తన లింక్డ్ఇన్ ప్రొఫైల్‌లో 'టెసరాక్' కంపెనీకి ఛైర్మన్‌గా ఉన్నట్లు పేర్కొన్నారని తెలిపారు. మరో సోదరుడు జగదీశ్ రెడ్డి కాంట్రాక్టులు దక్కించుకుంటుండగా, ముఖ్యమంత్రి బావమరిది సృజన్ రెడ్డికి సింగరేణిలో కాంట్రాక్ట్ కట్టబెట్టారని ఆరోపించారు. ప్రతిపాదిత ఫోర్త్ సిటీ పరిధిలోని భూముల కేటాయింపులపై బీఆర్ఎస్ అధికార ప్రతినిధి మన్నె క్రిశాంక్ ఒకరోజు ముందే ఇవే తరహా ఆరోపణలు చేసిన నేపథ్యంలో కేటీఆర్ వ్యాఖ్యలు ప్రాధాన్యం సంతరించుకున్నాయి. కొండల్ రెడ్డి ఛైర్మన్‌గా ఉన్న టెసరాక్ అడ్వాన్స్‌డ్ సిస్టమ్స్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్‌కు మహేశ్వరం మండలం రావిర్యాలలో సుమారు ఐదు ఎకరాల భూమిని కేవలం రూ. 7 కోట్లకు కేటాయించారని, దాని అసలు మార్కెట్ విలువ రూ. 100 కోట్లకు పైగా ఉంటుందని క్రిశాంక్ పేర్కొన్నారు. ఆ కంపెనీకి కేవలం రూ.లక్ష మూలధనం ఉందని, పటాన్‌చెరులోని ఒక చిన్న నివాసం నుంచి కార్యకలాపాలు సాగిస్తోందని ఆరోపించారు. కాగా, క్రిశాంక్ చేసిన ఆరోపణలను మంత్రి డి.శ్రీధర్ బాబు తీవ్రంగా ఖండించారు.

పింగళి వెంకయ్యకు ఇచ్చే నిజమైన గౌరవం భారతరత్న మాత్రమే

మొదటిపేజీ తరువాయి – రూపొందించిన మహనీయుడు పింగళి వెంకయ్యకు అత్యున్నత పౌర పురస్కారమైన 'భారతరత్న' ప్రకటించాలని తెలంగాణ బీసీ సంక్షేమ శాఖ సలహాదారుడు, కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేత వి.హనుమంతరావు డిమాండ్ చేశారు. కోట్లాది మంది ప్రజల గుండెల్లో నిలిచిన త్రివర్ణ పతాకాన్ని అందించిన గొప్ప స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడికి భారత ప్రభుత్వం ఇవ్వగల ఏకైక సముచితమైన నివాళి భారతరత్న మాత్రమేనంటూ ఆయన ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీకి ఓ బహిరంగ లేఖ రాశారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రచారం చేస్తున్న 'హర్ ఘర్ తిరంగా' పిలుపును స్వాగతిస్తూనే... జాతీయ జెండా రూపకర్త విషయంలో కేంద్రం చూపుతున్న నిర్లక్ష్యాన్ని వీహెచ్ ఎండగట్టారు. దేశమంతటా త్రివర్ణ పతాకం సగర్వంగా రెపరెపలాడుతున్నప్పుడు, దానికి ప్రాణం పోసిన తెలుగు నేల ముద్దుబిడ్డ పింగళి వెంకయ్య సేవలను ప్రధాని మోదీ ఎందుకు విస్మరిస్తున్నారో అర్థం కావడం లేదని ఘాటుగా ప్రశ్నించారు. పింగళి వెంకయ్యకు భారతరత్న ఇస్తేనే ప్రతి భారతీయుడికి, సమరయోధుల త్యాగాలకు సరైన గౌరవం దక్కుతుందని స్పష్టం చేశారు. గతంలోనే తాను హైదరాబాద్‌లో పింగళి వెంకయ్య విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేసిన విషయాన్ని గుర్తుచేస్తూ, ఇప్పటికైనా కేంద్రం స్పందించి ఈ మహత్తర నిర్ణయం తీసుకోవాలని లేఖలో కోరారు.

డిసెంబర్‌లో 'ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ గ్లోబల్ సమ్మిట్'.. భారీ పెట్టుబడులే లక్ష్యం

మొదటిపేజీ తరువాయి – దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు. వివిధ వ్యాపార రంగాలకు చెందిన ప్రముఖులను సదస్సులో సత్కరించేలా ప్రణాళిక రూపొందించాలని ఆదేశించారు. సంస్థాగత ఏర్పాట్లను ముందుగానే పూర్తి చేయాలని సూచించారు. గత ఏడాది సదస్సు తర్వాత తెలంగాణకు వచ్చిన పెట్టుబడులు, వాటి పురోగతిపై వివరాలతో నివేదిక సిద్ధం చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. గత అనుభవాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని మరిన్ని పెట్టుబడులు సాధించేలా కార్యాచరణ రూపొందించాలని సూచించారు. ఇదే సమావేశంలో హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు ఫేజ్-2 పనులపైనా సీఎం సమీక్షించారు. పాతబస్తీలో ఎంజీబీఎస్ నుంచి చాంద్రాయణగుట్ట వరకు 7.5 కిలోమీటర్ల మార్గంలో రోడ్డు విస్తరణ పనులను వేగంగా పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. మెట్రో పనులకు టెండర్ల ప్రక్రియ ప్రారంభించాలని సూచించారు. పెండింగ్ భూసేకరణను పూర్తి చేసి విస్తరణ ప్రణాళికలను ఖరారు చేయాలని చెప్పారు. హైదరాబాద్ మెట్రోలో పెరుగుతున్న ప్రయాణికుల రద్దీకి అనుగుణంగా అదనపు కోచ్‌లు సమకూర్చుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. పాతబస్తీ మెట్రో మార్గంలో అనుసరించాల్సిన సాంకేతికతపై ఢిల్లీ మెట్రో అధికారులతో సంప్రదించాలని సూచించారు.

'హర్ ఘర్ తిరంగా'లో పాల్గొనాలని మోదీ పిలుపు

మొదటిపేజీ తరువాయి – ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ పిలుపునిచ్చారు. ఆగస్టు 15న ప్రతి ఇంటా త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఎగురవేసి స్వాతంత్ర్య సమరయోధులకు నివాళులర్పించాలని కోరారు. 'హర్ ఘర్ తిరంగా.. ఘర్ ఘర్ తిరంగా.. హర్ మన్ తిరంగా' అంటూ దేశ ప్రజల్లో స్ఫూర్తి నింపారు. ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో ఓ రీల్‌ను షేర్ చేసుకున్న ప్రధాని.. ఆగస్టు 15ను గర్వంగా జరుపుకోవాలని సూచించారు. 'వికసిత్ భారత్' నిర్మాణానికి కృషి చేస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. "ప్రతి ఇంటా హర్ ఘర్ తిరంగాను ఓ వేడుకగా మార్చుకుందాం" అని పేర్కొన్నారు. ఇటీవల 'ఎక్స్' వేదికగానూ మోదీ 'హర్ ఘర్ తిరంగా'లో ఉత్సాహంగా పాల్గొనాలని ప్రజలను కోరారు. త్రివర్ణ పతాకం దేశ గర్వానికి ప్రతీక అని తెలిపారు. దేశం కోసం అత్యుత్తమంగా పనిచేయాలనే స్ఫూర్తిని అది అందిస్తుందని పేర్కొన్నారు. ఈ ఏడాది 'హర్ ఘర్ తిరంగా' కార్యక్రమాన్ని 'వందేమాతరం' 150వ వార్షికోత్సవానికి అంకితం చేస్తున్నట్లు ప్రధాని తెలిపారు. దేశభక్తి, త్రివర్ణం పతాకంపై గర్వం, మాతృభూమిపై ప్రేమను చాటేలా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించాలని సూచించారు. 'ఆజాదీ కా అమృత్ మహోత్సవ్'లో భాగంగా ప్రారంభమైన 'హర్ ఘర్ తిరంగా' ద్వారా జాతీయ పతాకంతో ప్రజలకు మరింత వ్యక్తిగత అనుబంధం ఏర్పడేలా ప్రోత్సహిస్తున్నారు.

రిసెప్షన్ కు తరలి వచ్చిన అగ్ర రాజకీయ నేతలు

మొదటిపేజీ తరువాయి – కుమార్తె రేవతి సూలే – సారంగ్ లఖానీల వివాహ రిసెప్షన్ వేడుక దేశ రాజధానిలోని శరద్ పవార్ నివాసంలో అత్యంత వైభవంగా జరిగింది. నిత్యం రాజకీయ ప్రత్యర్థులుగా పార్లమెంటులోనూ, పబ్లిక్ వేదికలపై సవాళ్లు విసురుకునే అగ్ర నేతలందరూ తమ వైరి వర్గాలను పక్కనబెట్టి ఈ వేడుకకు హాజరయ్యారు. ఈ రిసెప్షన్‌కు ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ, కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా, ప్రతిపక్ష నాయకుడు రాహుల్ గాంధీలతో పాటు కాంగ్రెస్ అగ్రనేతలు సోనియా గాంధీ, ప్రియాంక గాంధీ, మల్లికార్జున ఖర్గే, సమాజ్‌వాదీ పార్టీ అధినేత అఖిలేశ్ యాదవ్, లోక్‌సభ స్పీకర్ ఓం బిర్లా, ఆర్ఎస్ఎస్ అధినేత మోహన్ భగవత్ తదితర ప్రముఖులు విచ్చేసి కొత్త దంపతులను ఆశీర్వదించారు. ప్రధాని మోదీ, అమిత్ షా, శరద్ పవార్ ఒకే ఫ్రేమ్‌లో నిలిచి ఆప్యాయంగా పలకరించుకోవడం, రాహుల్-సోనియా కుటుంబ సమేతంగా పవార్ కుటుంబంతో ముచ్చటించడం నెటిజన్లు, మీడియా దృష్టిని విశేషంగా ఆకర్షించింది.

పరుగులు పెడుతున్న ఏపీ ఆర్థిక వ్యవస్థ.. జాతీయ సగటు కంటే మెరుగైన వృద్ధి

మొదటిపేజీ తరువాయి – అధికారులు ఈ నివేదికను సమర్పించారు. నివేదిక ప్రకారం, వ్యవసాయ, పారిశ్రామిక, సేవా రంగాల్లో రాష్ట్రం గణనీయమైన వృద్ధిని సాధించింది. 2025-26 రెండో త్రైమాసికంలో వ్యవసాయ రంగం 13.5 శాతం, పారిశ్రామిక రంగం 10.6 శాతం, సేవా రంగం 9.9 శాతం వృద్ధిని నమోదు చేశాయి. ముఖ్యంగా సుగంధ ద్రవ్యాల ఉత్పత్తి 304 శాతం, వాణిజ్య వాహనాల విక్రయాలు 51.6 శాతం, ఎస్‌టిపిఐ (ఝూ×) ఎగుమతులు 32.2 శాతం మేర పెరిగాయి. సాంకేతికత వినియోగం ద్వారా జీఎస్టీ వసూళ్లు 21 శాతం వృద్ధితో రూ.13,282 కోట్లకు చేరాయి. రాష్ట్రంలోకి పెట్టుబడుల ప్రవాహం కూడా ఆశాజనకంగా ఉంది. రూ. 2.88 లక్షల కోట్ల విలువైన మెగా ప్రాజెక్టుల పెట్టుబడుల్లో 75.4 శాతం మేర గ్రౌండింగ్ పూర్తయింది. ఈ నివేదికను సమీక్షించిన ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు, రాష్ట్రం ఎదుర్కొంటున్న ప్రస్తుత సవాళ్లపై అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. ఎల్ నినో ప్రభావంతో వర్షపాతం తక్కువగా నమోదైందని, కృష్ణా నదిలో నీటి లభ్యత లేక శ్రీశైలం, నాగార్జునసాగర్ వంటి ప్రధాన ప్రాజెక్టులు నిండలేదని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఇటువంటి సంక్షోభ పరిస్థితుల్లోనూ రాష్ట్ర స్థూల ఉత్పత్తి లక్ష్యాలు దెబ్బతినకుండా పటిష్ఠమైన కార్యాచరణ రూపొందించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. రాష్ట్రం 15 శాతం వృద్ధి రేటును సాధించేలా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని సీఎం స్పష్టం చేశారు. అన్ని ప్రభుత్వ శాఖల్లోనూ సాంకేతికతను సమర్థవంతంగా వినియోగించుకోవాలని, ప్రజలపై ధరల భారం పడకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. జిల్లా, నియోజకవర్గం, మండలాల వారీగా నివేదికలు రూపొందిస్తే లక్ష్యాల సాధన సులభమవుతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ సమీక్షా సమావేశంలో ఆర్థిక, ప్రణాళికా శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. శాంతిభద్రతలపై సీఎం చంద్రబాబు సమీక్ష 1300 మంది పోలీసులతో కీలక భేటీ రేపు శాంతిభద్రతలపై సీఎం చంద్రబాబు ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష డీజీపీ నుంచి ఎస్‌హెచ్ఓ వరకు 1300 మంది అధికారులతో సమావేశం గంజాయి, సైబర్ క్రైమ్, మహిళలపై నేరాల కట్టడిపై ప్రధానంగా చర్చ పోలీస్ స్టేషన్ల పనితీరుపై నివేదికలతో సమీక్షించనున్న ముఖ్యమంత్రి ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో శాంతిభద్రతల పరిరక్షణపై ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. ఈ నేపథ్యంలో బుధవారం మధ్యాహ్నం 3:30 గంటలకు సచివాలయంలో కీలకమైన ఉన్నత స్థాయి సమీక్షా సమావేశాన్ని నిర్వహించనున్నారు. రాష్ట్ర పోలీస్ శాఖ చరిత్రలోనే అరుదుగా, డీజీపీ స్థాయి అధికారి నుంచి క్షేత్రస్థాయిలో విధులు నిర్వర్తించే స్టేషన్ హౌస్ ఆఫీసర్ (ఎస్‌హెచ్ఓ) వరకు సుమారు 1,300 మంది అధికారులు ఈ సమావేశంలో పాల్గొనబోతుండటం గమనార్హం. ఈ సమీక్షా సమావేశంలో ప్రధానంగా రాష్ట్రంలోని శాంతిభద్రతలు, మహిళలు, చిన్నారులపై జరుగుతున్న నేరాల నియంత్రణ, సైబర్ నేరాలు, సోషల్ మీడియా వేదికగా సాగుతున్న దుష్ప్రచారాలు, గంజాయి నిర్మూలన, బ్లేడ్ బ్యాచ్‌ల అరాచకాలకు అడ్డుకట్ట వేయడం వంటి కీలక అంశాలపై చంద్రబాబు చర్చించనున్నారు. పోలీస్ స్టేషన్ల పనితీరుపై తన వద్ద ఉన్న క్షేత్రస్థాయి నివేదికలను అధికారుల ముందుంచి, ఆయన సమగ్రంగా విశ్లేషించనున్నారు. వివిధ స్టేషన్లలో నమోదవుతున్న కేసులు, శాంతిభద్రతల పర్యవేక్షణ తీరుతెన్నులపై ముఖ్యమంత్రి నేరుగా సమీక్ష నిర్వహించనున్నారు. రాష్ట్రంలో శాంతిభద్రతలకు విఘాతం కలిగించే వారిపై, చట్టాన్ని అతిక్రమించే వారిపై ఉక్కుపాదం మోపాలని, మహిళలు, బలహీన వర్గాల రక్షణకే అత్యంత ప్రాధాన్యతనివ్వాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఈ సందర్భంగా పోలీసు యంత్రాంగానికి స్పష్టమైన దిశానిర్దేశం చేయనున్నారు. సచివాలయంలో జరిగే ఈ సమావేశానికి పోలీస్ ఉన్నతాధికారులు ప్రత్యక్షంగా హాజరవుతుండగా, జిల్లా స్థాయి అధికారులు, ఎస్‌హెచ్ఓలు వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా పాల్గొంటారు.

చరిత్ర మన్మోహన్ సింగ్‌ను గౌరవంగా గుర్తుంచుకుంటుంది

మొదటిపేజీ తరువాయి – చిట్ ఇవ్వడం చారిత్రాత్మక ఘట్టమని కాంగ్రెస్ పార్లమెంటరీ పార్టీ అధ్యక్షురాలు సోనియా గాంధీ పేర్కొన్నారు. ఇండియన్ ఎక్స్‌ప్రెస్ పత్రికకు ఆమె రాసిన ప్రత్యేక వ్యాసంలో... సుప్రీంకోర్టు తీర్పుతో మన్మోహన్ సింగ్‌పై ఇన్నాళ్లూ జరిగిన రాజకీయ కక్షసాధింపులకు, దుష్ప్రచారాలకు తెరపడిందని స్పష్టం చేశారు. "నాడు (2014 జనవరిలో) మన్మోహన్ సింగ్ చెప్పినట్లుగానే చరిత్ర ఆయన పట్ల చాలా దయతో, గౌరవంగా ప్రవర్తిస్తుంది" అని ఆమె గుర్తుచేశారు. సీబీఐ దాఖలు చేసిన క్లోజర్ నివేదికను ఆమోదిస్తూ, విచారణ పరిధి దాటి వ్యాఖ్యలు చేసిన విచారణ కోర్టు తీరును సుప్రీంకోర్టు తప్పుపట్టడాన్ని సోనియా గాంధీ స్వాగతించారు. మన్మోహన్ సింగ్ సమగ్రతను, మచ్చలేని రాజకీయాన్ని దెబ్బతీసేందుకు అప్పట్లో రాజకీయ ప్రత్యర్థులు, కొందరు అధికారులు మరియు మీడియా ప్రణాళికాబద్ధంగా కుట్ర పన్నారని ఆరోపించారు. ప్రస్తుత మోదీ ప్రభుత్వంపై మండిపడుతూ... సీబీఐ, ఈడీ వంటి దర్యాప్తు సంస్థలను రాజకీయ అవసరాలకు వాడుకుంటున్నారని విమర్శించారు. యూపీఏ హయాంలో సాధించిన ఆర్థిక పురోగతి, ఉపాధి హామీ, విద్యా హక్కు, ఆహార భద్రత చట్టాల ప్రాధాన్యతను వివరిస్తూ.. మన్మోహన్ సింగ్ ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పటికీ దేశానికి అత్యంత కీలకమైన సేవలు అందించిన ప్రధానిగా నిలిచిపోతారని కొనియాడారు.

ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో మోదీ కొత్త రీల్

ఈసారి యువతకు ప్రధాని స్పెషల్ ఛాలెంజ్

మొదటిపేజీ తరువాయి – చేతితో నేసిన వస్త్రాలను ధరించి సోషల్ మీడియాలో "+వ్ =ఘుఎఎ ఔఓష్ర వీవ (+=ఔవీ)" వీడియోలు రూపొందించి పంచుకోవాలని ఆయన సూచించారు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా భారతీయ చేనేత సంప్రదాయాన్ని ప్రపంచానికి పరిచయం చేయడంతో పాటు, చేనేత కార్మిక కుటుంబాలకు ఆర్థికంగా తోడ్పాటు అందించవచ్చని పేర్కొన్నారు. జాతీయ చేనేత దినోత్సవానికి ముందు రోజు అయిన గురువారం ప్రధాని మోదీ తన ఇన్‌స్టాగ్రామ్ ఖాతాలో ఒక ప్రత్యేక రీల్‌ను విడుదల చేశారు. అందులో ఆగస్టు 7 తేదీకి ఉన్న చారిత్రక ప్రాధాన్యాన్ని గుర్తు చేశారు. 1905 ఆగస్టు 7న స్వదేశీ ఉద్యమం ప్రారంభమైందని, బ్రిటిష్ పాలనకు వ్యతిరేకంగా దేశవ్యాప్తంగా ప్రజలు స్వదేశీ వస్తువులను ప్రోత్సహిస్తూ ఐక్యంగా ముందుకు వచ్చిన రోజు ఇదేనని వివరించారు. ఇటీవల దేశవ్యాప్తంగా యువత ఫ్రెండ్‌షిప్ డేను ఎంతో ఉత్సాహంగా జరుపుకున్నారని గుర్తు చేసిన ప్రధాని, అదే ఉత్సాహంతో ఆగస్టు 7న జాతీయ చేనేత దినోత్సవాన్ని కూడా నిర్వహించాలని కోరారు. భారతీయ చేనేతకు సంబంధించిన అవగాహన పెంచడం, సంప్రదాయ నైపుణ్యాలను ప్రోత్సహించడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని అన్నారు. భారతదేశంలోని చేనేత కుటుంబాలు తమ చేతులతో అద్భుతమైన వస్త్రాలను తయారు చేస్తున్నాయని ప్రధాని మోదీ కొనియాడారు. దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాల్లో లభించే చేనేత వస్త్రాల వైవిధ్యం, కళాత్మకత ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందాయని పేర్కొన్నారు. ఈ దినోత్సవం ద్వారా వారి కృషిని గుర్తించి, వారికి మద్దతుగా నిలవాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో విస్తృతంగా ప్రాచుర్యం పొందుతున్న "+వ్ =ఘుఎఎ ఔఓష్ర వీవ (+=ఔవీ)" ట్రెండ్‌ను కూడా చేనేత ప్రచారానికి వినియోగించాలని ప్రధాని సూచించారు. చేనేత దుస్తులు ధరించి +=ఔవీ వీడియో రూపొందించి సోషల్ మీడియాలో పంచుకోవాలని, తద్వారా మరింత మంది చేనేత వస్త్రాలను ఉపయోగించేలా ప్రేరేపించాలని యువతకు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఇలాంటి కార్యక్రమాలు దేశంలో ఆత్మనిర్భర్ భారత్ లక్ష్య సాధనకు కూడా దోహదపడతాయని ప్రధాని అభిప్రాయపడ్డారు. చిన్న, పేద చేనేత కుటుంబాలు ఆర్థికంగా బలోపేతం కావాలంటే ప్రజల భాగస్వామ్యం ఎంతో అవసరమని చెప్పారు. ప్రతి ఒక్కరూ కనీసం ఒక చేనేత ఉత్పత్తిని కొనుగోలు చేసి, దానికి సంబంధించిన వీడియోను సోషల్ మీడియాలో పంచుకుంటే, దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న చేనేత కళాకారుల ప్రతిభ ప్రపంచానికి మరింత చేరువ అవుతుందని పేర్కొన్నారు. భారతీయ సంప్రదాయం, స్వదేశీ ఉత్పత్తులు, చేనేత కార్మికుల జీవనోపాధికి మద్దతు ఇవ్వాలనే ఉద్దేశంతో ఈ ప్రత్యేక పిలుపునిచ్చిన ప్రధాని, జాతీయ చేనేత దినోత్సవాన్ని ప్రజల భాగస్వామ్యంతో మరింత అర్థవంతంగా మార్చాలని ఆకాంక్షించారు. యువత సోషల్ మీడియా శక్తిని సానుకూలంగా వినియోగించి, భారతీయ చేనేతకు ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపు తీసుకురావాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు.

మూడు రోజుల్లో క్షమాపణలు చెప్పండి

మొదటిపేజీ తరువాయి – ఈ వ్యవహారంపై బహిరంగంగా క్షమాపణ చెప్పాలని, ఇందుకు బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాలని పార్లమెంట్ కమ్యూనికేషన్స్ అండ్ ఇన్ఫర్మేషన్ టెక్నాలజీ కమిటీ సూచించింది. బీజేపీ ఎంపీ నిషికాంత్ దూబే నేతృత్వంలోని ఈ కమిటీ, ప్రధాని వీడియో తొలగింపును ప్రజాస్వామ్యానికి విరుద్ధమైన చర్యగా అభివర్ణించింది. దేశ ప్రజలకు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న ప్రధాని వీడియోను తొలగించడం తీవ్రమైన విషయంగా పేర్కొంది. మూడు రోజుల్లో చర్యలు తీసుకోకపోతే ఫేస్‌బుక్‌కు ప్రస్తుతం ఉన్న 'సేఫ్ హార్బర్' రక్షణను తొలగించే అంశాన్ని కేంద్ర ప్రభుత్వం పరిశీలించే అవకాశం ఉందని కమిటీ హెచ్చరించినట్టు సమాచారం. అలా జరిగితే సోషల్ మీడియా సంస్థ అధికారులపై నేరుగా ఎఫ్ఐఆర్‌లు నమోదు చేసే అవకాశం ఉంటుందని తెలిపింది. జులై 23న ప్రధాని మోదీ ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో ఒక సెల్ఫీ వీడియోను పోస్టు చేశారు. తర్వాత అదే వీడియోను ఫేస్‌బుక్‌లో కూడా షేర్ చేశారు. విద్యార్థుల ఆందోళనల నేపథ్యంలో ప్రశ్నాపత్రాల లీకేజీపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని దాంట్లో హామీ ఇచ్చారు. అయితే ఫేస్‌బుక్‌లో ఆ వీడియో కొద్దిసేపు కనిపించకుండా పోవడంతో వివాదం చెలరేగింది. విమర్శలు రావడంతో మెటా వెంటనే ఆ పోస్టును పునరుద్ధరించింది. ఇటీవల పార్లమెంటరీ కమిటీ ఎదుట హాజరైన మెటా ప్రతినిధులు, ఇది సాంకేతిక లోపం వల్ల జరిగిందని క్షమాపణ చెప్పారు. అయితే ఐటీ శాఖ ఆ వివరణను పూర్తిగా అంగీకరించలేదు. నిజంగా సాంకేతిక లోపమే అయితే అలాంటి సమస్యలు మళ్లీ రాకుండా మెటా తన వ్యవస్థలను మెరుగుపరచాలని సూచించింది. ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో చిన్నారులపై లైంగిక వేధింపులకు సంబంధించిన అసభ్యకర కంటెంట్ ప్రకటనల రూపంలో కనిపిస్తున్న వ్యవహారంపైనా మెటాపై కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇప్పటికే నోటీసు ఇచ్చింది. ఈ అంశంపై పార్లమెంటరీ కమిటీ మరోసారి హెచ్చరిక జారీ చేసింది. గూగుల్, యూట్యూబ్, ఎక్స్, ఫేస్‌బుక్, వాట్సాప్, ఇన్‌స్టాగ్రామ్, స్నాప్‌చాట్ సహా అన్ని సోషల్ మీడియా వేదికలు చిన్నారులపై లైంగిక దుర్వినియోగానికి సంబంధించిన కంటెంట్‌ను కట్టడి చేసే నిబంధనలు తప్పనిసరిగా పాటించాలని కమిటీ స్పష్టం చేసింది. ఉల్లంఘనలు జరిగితే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించింది.

ఆంక్షలు విధించడం అమెరికాకు వ్యసనంగా మారింది

మొదటిపేజీ తరువాయి – అంటూ అమెరికా ఆర్థికశాఖ మంత్రి స్కాట్ బెసెంట్ చేసిన వ్యాఖ్యలపై ఆయన సామాజిక మాధ్యమం 'ఎక్స్' వేదికగా ఘాటుగా స్పందించారు. దౌత్య మార్గాల్లో అనుకున్న లక్ష్యాలను సాధించడంలో విఫలమైనప్పుడల్లా అమెరికా ఈ ఆంక్షల అస్త్రాన్ని ప్రయోగిస్తోందని, అవి పనిచేయనప్పుడు మరింత తీవ్రతను పెంచుతూ తన వైఫల్యాన్ని కప్పిపుచ్చుకునే ప్రయత్నం చేస్తోందని ఆరోపించారు. దశాబ్దాలుగా ఇరాన్ ప్రజలు అమెరికా విధించిన కఠినమైన ఆంక్షలను తట్టుకుని నిలబడ్డారని, కేవలం ఆంక్షల బెదిరింపులతో తమ దేశాన్ని లొంగదీసుకోవడం ఎవరికీ సాధ్యం కాదని బఘాయి స్పష్టం చేశారు. అమెరికా నాయకులు ఈ విపరీత ధోరణిని, చెడు అలవాటును ఇలాగే కొనసాగిస్తే, భవిష్యత్తులో దౌత్యపరమైన సంక్షోభాల నుంచి గౌరవప్రదంగా బయటపడే అవకాశాలను వారే స్వయంగా నాశనం చేసుకుంటారని హెచ్చరించారు. మరోవైపు, ఇరాన్ ప్రభుత్వం ఆంక్షలను అధిగమించడానికి డిజిటల్ ఆస్తులు, రహస్య బ్యాంకింగ్ నెట్‌వర్క్‌లపై ఆధారపడుతోందని అమెరికా ఆర్థికశాఖ మంత్రి స్కాట్ బెసెంట్ ఆరోపించారు. ఇరాన్ కొనసాగిస్తున్న అక్రమ ఆర్థిక వ్యవస్థలను గుర్తించి త్వరలోనే పూర్తిగా ధ్వంసం చేస్తామని వెల్లడించారు. ఇంకోవైపు, అమెరికాతో ఉద్రిక్తతలు తీవ్రమవుతున్న వేళ ఇరాన్ సైనిక నాయకత్వంలో కీలక నియామకాలు జరిగాయి. దేశ సుప్రీం లీడర్‌గా బాధ్యతలు చేపట్టిన మొజ్తబా ఖమేనీ తొలిసారిగా మిలిటరీ విభాగంలో ప్రధాన మార్పులు చేశారు. సాయుధ దళాల చీఫ్‌గా మేజర్ జనరల్ అలీ అబ్దొల్లాహీని, డిప్యూటీ చీఫ్‌గా కియుమర్స్ హైదరీని నియమించారు. అలాగే శక్తివంతమైన ఇస్లామిక్ రివాల్యూషనరీ గార్డ్ కార్ప్స్ కమాండర్‌గా మేజర్ జనరల్ అహ్మద్ వాహిదీని, ఆయన డిప్యూటీగా మొస్తఫా ఇజాదీని బాధ్యతల్లోకి తీసుకువచ్చారు. మొజ్తబా ఖమేనీ నాయకత్వంలో జరిగిన ఈ అత్యున్నత స్థాయి నియామకాలు ప్రాంతీయ రాజకీయాల్లో ప్రాధాన్యత

యుద్ధ నేరాల కేసులో సిరియా మాజీ అధ్యక్షుడు అసద్‌కు మరణశిక్ష

మొదటిపేజీ తరువాయి – శిక్ష విధించింది. అసద్ ప్రస్తుతం దేశంలో లేకపోవడం గమనార్హం. అసద్ తమ్ముడు మహెర్ అల్ అసద్‌కు కూడా ఇదే కేసులో మరణశిక్ష పడింది. సిరియా సైన్యంలో కీలక బాధ్యతలు నిర్వహించిన ఆయన.. మాజీ పాలకుడి పాలనలో సైనిక వ్యవహారాల్లో ముఖ్య పాత్ర పోషించారు. అసద్‌కు మరో దగ్గరి బంధువు అతీఫ్ నజీబ్‌కు కూడా మరణశిక్ష విధించారు. 2011లో దక్షిణ సిరియాలోని దారా ప్రావిన్స్‌లో రాజకీయ భద్రతా విభాగానికి ఆయన అధిపతిగా ఉన్నారు. ఆ సమయంలో ప్రభుత్వ వ్యతిరేక ఆందోళనలను అణచివేయడంలో కీలక పాత్ర పోషించినట్లు కోర్టు పేర్కొంది. 15 ఏళ్లలోపు చిన్నారులను ఉద్దేశపూర్వకంగా హతమార్చడం, హింసకు పాల్పడి మరణాలకు కారణం కావడం వంటి నేరాలకు నజీబ్ పాల్పడ్డారని కోర్టు నిర్ధారించింది. సిరియాలో కొత్తగా ఏర్పడిన తాత్కాలిక పాలకుల హయాంలో మాజీ ప్రభుత్వ నేతలపై జరుగుతున్న విచారణల్లో ఇది కీలక పరిణామంగా నిలిచింది. గత ప్రభుత్వంలో పనిచేసిన పలువురిపై ప్రస్తుతం కేసులు నడుస్తున్నాయి. ఇస్లామిస్ట్ నేతృత్వంలోని బలగాలు డమాస్కస్ వైపు దూసుకెళ్లడంతో 2024 డిసెంబరులో అసద్ కుటుంబంతో కలిసి సిరియా నుంచి పారిపోయారు. అనంతరం మాస్కోలో ఆశ్రయం పొందారు. మరోవైపు నజీబ్‌ను అరెస్టు చేసి విచారణకు హాజరుపరిచారు. మాజీ ప్రభుత్వంలో విచారణ ఎదుర్కొంటున్న అత్యున్నత స్థాయి అధికారుల్లో ఆయన ఒకరు.

వృద్ధురాలు అదృశ్యం

నిజం న్యూస్ ప్రతినిధి, మేడిపల్లి,ఆగస్టు 11: మేడిపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని అమ్మ ఆసరా వృద్ధ ఆశ్రమం, ద్వార నగర్, ఫేసే-2, చెంగిచెర్ల నికి చెందిన శ్రీమతి లక్ష్మమ్మ వయస్సు: 70 సం. రాలు అనే మతి స్తిమితం సరిగా ఉండని మహిళ, 15.07.2026 నాడు సయోధ్య షెల్టర్ హోం, మేడ్చల్ నుండి ఆసరా వృద్ధ ఆశ్రమం, ద్వార నగర్, ఫేసే-2, చెంగిచెర్ల పంపించడం జరిగింది. సోమవారం ఉదయం 06.30 గంటల సమయంలో అట్టి వృద్దు రాలు ఆశ్రమం నుండి బయటి వెళ్లి అదృశ్యమైన ఘటన చోటుచేసుకుంది. పరిసర ప్రాంతాలలో వెతికినప్పటికీ ఆమె ఆచూకీ లభించలేదు. ఈ మేరకు మేడిపల్లి పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నామన్నారు . మహిళా వివరాలు తెలిసిన వారు మేడిపల్లి పోలీస్ స్టేషన్‌లో సంప్రదించాలని సిఐ జలంధర్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు .

చేయూత పింఛన్ పథకానికి కొత్త దరఖాస్తులకు ఆహ్వానం...

అర్హ్వత ఉన్న ప్రతి ఒక్కరు ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి

బోడుప్పల్ సర్కిల్ డిప్యూటీ కమిషనర్ శైలజ

నిజం న్యూస్ ప్రతినిధి, బోడుప్పల్, ఆగస్టు 11: తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న చేయూత పింఛన్ పథకం కింద అర్హులైన లబ్ధిదారుల నుంచి కొత్త దరఖాస్తులను ఆహ్వానిస్తున్నట్లు బోడుప్పల్ సర్కిల్ డిప్యూటీ కమిషనర్ ఏ. శైలజ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా డిప్యూటీ కమిషనర్ శైలజ మాట్లాడుతూ, ఆగస్టు 31వ తేదీ వరకు అర్హత కలిగిన వారు చేయూత పింఛన్ కోసం కొత్తగా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. అర్హులైన వారు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఆమె కోరారు. చేయూత పింఛన్ పథకానికి సంబంధించిన అర్హతలు, దరఖాస్తు విధానం, అవసరమైన పత్రాలు ఇతర పూర్తి వివరాల కోసం బోడుప్పల్ సర్కిల్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన హెల్ప్‌డెస్క్‌ను సంప్రదించాలని డిప్యూటీ కమిషనర్ సూచించారు. అర్హత ఉన్న ప్రతి ఒక్కరూ నిర్ణీత గడువులోగా దరఖాస్తు చేసుకుని ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఆమె కోరారు.

న్యాయవాదుల జిల్లా జనరల్ సెక్రటరీగా సుక్క శ్రవణ్ కుమార్

నిజం న్యూస్ యాదాద్రి జిల్లా, భువనగిరి, ఆగస్టు 11: రామన్నపేట యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా ఎంఎల్ఎఫ్ జనరల్ సెక్రటరీ గా రామన్నపేటకు చెందిన న్యాయవాది, సుక్క శ్రవణ్ కుమార్ ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు.ఈ సందర్భంగా రామన్నపేట ఎంఎల్ ఎఫ్.సభ్యులు,సీనియర్. న్యాయవాదులు,సహచర న్యాయవాదులు హర్షం వ్యక్తం చేసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.బలహీన.వర్గాల.న్యాయవాదుల. హక్కుల.పరిరక్షణ,జూనియర్.న్యాయవాదుల సంక్షేమం, అడ్వకేట్ యాక్ట్ సమర్థవంతమైన అమలు, న్యాయవాదులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల పరిష్కారం కోసం ఎంఎల్ ఎఫ్ లక్ష్యాలకు అనుగుణంగా పనిచేస్తానని సుక్క శ్రవణ్ కుమార్ తెలిపారు.న్యాయవాదుల సమస్యలపై నిరంతరం. స్పందిస్తూ,బాధిత న్యాయవాదుల పక్షాన నిలబడి వారి హక్కుల కోసం కృషి చేస్తానని తెలిపారు.

ఏపీలో సింగర్ రాహుల్ సిప్లిగంజ్‌పై కేసు నమోదు

బావమరిది కోసం యువతిని బెదిరించిన రాహుల్ సిప్లిగంజ్

విశాఖలో ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు

నిజం న్యూస్ విశాఖపట్నం, ఆగస్టు 11: విశాఖలో ఓ యువతి ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు రాహుల్ సిప్లిగంజ్‌తో మరో 11 మందిపై కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు తనను పెళ్లి చేసుకుంటానని నమ్మించి కర్పూరపు రాహుల్ రెడ్డి (రాహుల్ సిప్లిగంజ్ బావమరిది) మోసం చేశాడని, అనంతరం తన వ్యక్తిగత ఫొటోలు, వీడియోలతో బ్లాక్‌మెయిల్ చేశాడని ఆరోపించిన యువతి ఈ వ్యవహారంలో రాహుల్ సిప్లిగంజ్ తనను బెదిరించారని, బలవంతంగా వీడియో స్టేట్‌మెంట్లు ఇప్పించారని ఫిర్యాదులో పేర్కొన్న యువతి రాహుల్ సిప్లిగంజ్‌తో పాటు పలువురిపై బెదిరింపులు, సైబర్ వేధింపులు తదితర ఆరోపణలపై కేసులు నమోదు చేసిన పోలీసులు.

తెలంగాణలో ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియ పూర్తి.. 73 లక్షల ఓట్లు పోయినట్టే

నిజం న్యూస్ హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 11: తెలంగాణ వ్యాప్తంగా ఎంతో ఆసక్తి రేపిన ప్రత్యేక సమగ్ర ఓటర్ల జాబితా సవరణ ఎన్యూమరేషన్ ప్రక్రియ ముగిసింది. ఈ భారీ సవరణ ప్రక్రియలో భాగంగా రాష్ట్రంలో మొత్తం 3.38 కోట్ల మంది ఓటర్లు ఉన్నట్లు ఎన్నికల అధికారులు ప్రాథమికంగా లెక్క తేల్చారు. సేకరించిన సమాచారంలో ఇప్పటి వరకు దాదాపు 2.64 కోట్ల ఫారాలను డిజిటలైజేషన్ పూర్తి చేయగా, నమోదు ప్రక్రియ 78.30 శాతానికి చేరింది. అయితే ఈ నమోదు సరళిని గమనిస్తే రాబోయే రోజుల్లో రాష్ట్ర ఓటర్ల జాబితా స్వరూపమే మారిపోనుందని స్పష్టమవుతోంది. మరోవైపు, క్షేత్రస్థాయి పరిశీలనలో అధికారులకు సవాలుగా మారిన అనేక అంశాలు వెలుగుచూశాయి. మొత్తం 73.39 లక్షల ఎన్యూమరేషన్ ఫారాలను (21.70 శాతం) వివిధ కారణాల వల్ల సేకరించలేకపోయినట్లు అధికారులు 'అన్‌కలెక్టబుల్'గా వర్గీకరించారు. ఇందులో అత్యధికంగా 45.18 లక్షల మంది ఓటర్లు తమ నివాస ప్రాంతాల నుంచి శాశ్వతంగా ఇతర ప్రాంతాలకు వలస వెళ్లినట్లు గుర్తించగా, 9.22 లక్షల మంది ఓటర్లు మరణించినట్లు నమోదైంది. మరో 11.25 లక్షల మంది అసలు జాడ తేలక అడ్రస్ దొరకని స్థితిలో ఉండగా, 6.70 లక్షల మందికిపైగా ఇప్పటికే వేర్వేరు ప్రాంతాల్లో ఓటర్లుగా నమోదై ఉన్నట్లు అధికారులు తేల్చారు. ఈ భారీ వ్యత్యాసాలు, వలసల గణాంకాల నేపథ్యంలో తుది ఓటర్ల జాబితా ప్రక్షాళనలో ఊహించని పెద్ద మార్పులు చోటుచేసుకోనున్నాయి.

గాంధీ భవన్లో ఏఐసీసీ కార్యదర్శి సచిన్ సావంత్ తో ప్రత్యేకంగా సమావేశమైన టీపీసీసీ ఉపాధ్యక్షులు,కూకట్పల్లి పార్టీ ఇంచార్జ్, కమ్మ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ బండి రమేష్

నిజం న్యూస్ కూకట్పల్లి ప్రతినిధి, ఆగస్టు 11: మంగళవారం అధిష్టానం పిలుపు మేరకు బండి రమేష్ గాంధీభవన్ లో ఏఐసీసీ కార్యదర్శి సచిన్ సావంత్, ఎస్ఐఆర్ తెలంగాణ రాష్ట్ర ఇంచార్జి గంప వేణుగోపాల్ తో సమావేశమై పలు కీలక అంశాలపై చర్చించారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా గత కొద్ది రోజులుగా జరిగిన ఎస్ఐఆర్ కార్యక్రమం లో కాంగ్రెస్ పార్టీ కీలకంగా వ్యవహరించిందని,ముఖ్యంగా కూకట్పల్లి నియోజకవర్గంలో బూత్ వారీగా బిఎల్ఏ లను నియమించి సక్సెస్ చేశామని, సావంత్ కి వివరించారు.ప్రజలకు దగ్గర కావడానికి, దొంగ ఓట్లను గుర్తించడానికి బి ఎల్ ఏ వ్యవస్థ బాగా ఉపయోగపడిందని బండి రమేష్ చెబుతూ కూకట్పల్లి ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియ విషయాలను సచిన్ తో పంచుకున్నారు . టీపీసీసీ ఉపాధ్యక్షుడిగా, జహీరాబాద్ పార్లమెంట్ ఇంఛార్జిగా పార్టీ బలోపేతానికి కృషి చేస్తూ , ప్రభుత్వ పథకాలు అర్హులకు అందే విధంగా ప్రచార కార్యక్రమాలు చేపట్టినట్లు, రానున్న కార్పొరేషన్ ఎన్నికలకోసం సిద్ధంగా ఉన్నట్లు సచిన్ సావంత్ కి నివేదికలు అందించారు.

చెంగిచర్ల--చర్లపల్లి, చెంగిచర్ల డిపో కుపోయే రోడ్ల పై భారీ గుంతలు!

బస్సులు నడపాలంటే భయంగా ఉంది..

వెంటనే ప్యాచ్‌వర్క్ చేపట్టాలి

చెంగిచెర్ల డిపోకు వెళ్లే మార్గం

మరి అధ్వానంగా మారింది

ఆర్టీసీ డ్రైవర్లు, కండక్టర్ల ఆవేదన

నిజం న్యూస్ ప్రతినిధి , మేడిపల్లి, ఆగస్టు 11 మేడిపల్లి :చెంగిచర్ల నుంచి చర్లపల్లి వెళ్లే ప్రధాన రహదారి భారీ గుంతలతో అధ్వానంగా మారింది. ఈ మార్గంలో ప్రతిరోజూ ఆర్టీసీ బస్సులు, ద్విచక్ర వాహనాలు, కార్లు, ఇతర వాహనాలు పెద్ద సంఖ్యలో రాకపోకలు సాగిస్తుండటంతో గుంతల కారణంగా వాహనదారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ముఖ్యంగా చెంగిచెర్ల ఆర్టీసీ డిపోకు వెళ్లే మార్గం గుంతలతో నిండిపోవడంతో బస్సులు నడిపే డ్రైవర్లు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. వర్షం కురిసిన సమయంలో గుంతల్లో నీరు నిలిచిపోవడంతో వాటి లోతు కనిపించక ప్రమాదాల ముప్పు మరింత పెరుగుతోంది. ఈ సందర్భంగా ఆర్టీసీ డ్రైవర్ రఘుపాల్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, ప్రతిరోజూ ఈ రహదారిపై బస్సులు నడపాల్సి వస్తోందని, భారీ గుంతల కారణంగా బస్సులను జాగ్రత్తగా నడపాల్సి వస్తుందని తెలిపారు. గుంతల వల్ల బస్సులకు కూడా ఇబ్బందులు ఏర్పడుతున్నాయని, ప్రయాణికుల భద్రత దృష్ట్యా అధికారులు వెంటనే స్పందించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. "ప్రస్తుతం శాశ్వత రహదారి పనులు చేపట్టడానికి సమయం పట్టినా, కనీసం గుంతలపై అత్యవసరంగా ప్యాచ్‌వర్క్ అయినా చేపట్టాలి. అధికారులు వెంటనే స్పందించి రోడ్డును ప్రయాణానికి అనుకూలంగా మార్చాలి" అని రఘుపాల్ రెడ్డి కోరారు. రహదారి మరమ్మతులు చేపట్టకపోతే మరిన్ని ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశం ఉందని స్థానికులు, ఆర్టీసీ సిబ్బంది ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రజలు, ప్రయాణికులు, ఆర్టీసీ సిబ్బంది ఇబ్బందులను దృష్టిలో ఉంచుకుని సంబంధిత అధికారులు తక్షణమే స్పందించి గుంతలను పూడ్చి ప్యాచ్‌వర్క్ చేపట్టాలని వారు కోరుతున్నారు.

ఆరోగ్యకరమైన ఆరోగ్యానికి దివ్య ఔషధం "గానుగ"

రిఫైన్డ్ ఆయిల్స్ కు స్వస్తి పలుకుదాం..

"గానుగ"ను కొని తెచ్చుకుందాం...!

ప్రజల ఆరోగ్య రహస్యం తీసుకునే ఆహారంలోనేనా..!?

గానుగ నూనె వాడకం పెరగాలి.. ఆయుర్ధాన్ని పెంచాలి..!

మల్దే శ్రీశైలం సీనియర్ జర్నలిస్ట్ ???

నిజం న్యూస్ హైదరాబాద్, ఆగస్టు 11: ప్రస్తుత సమాజంలో రిఫైన్డ్ ఆయిల్స్ మాయాజాలం తాండవిస్తోంది. ఆకర్షణీయమైన, అందమైన ప్యాకెట్లు రిఫైన్డ్ ఆయిల్స్ డిజైన్ చేసి అమాయకమైన ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తున్నాయి. తమ వ్యాపార కార్యకలాపాల కోసం ప్రజల ప్రాణాలను పణంగా పెడుతున్నాయి. వివిధ కంపెనీలు అందజేస్తున్న ప్రకటనలకు, ధరలకు బోల్తాపడి ప్రజలు రిఫైన్డ్ ఆయిల్స్ కొనుగోలుకు సుముఖత వ్యక్తం చేస్తున్నారు. సంవత్సరాల తరబడి రిఫైండ్ ఆయిల్ వినియోగించడం ద్వారా అనేక రకాల వ్యాధుల బారిన పడడమే కాకుండా దీర్ఘకాలిక వ్యాధులతో పాటు క్యాన్సర్ లాంటి ప్రమాదకరమైన రోగాలను కొని తెచ్చుకున్నట్లు అవుతుందని పలువురు వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

రిఫైన్డ్ ఆయిల్స్ తో అనర్థాలు ఎన్నో..!?

150 నుండి 200 కిలోల రేటున్న మూడు కిలోలకి పైగా పల్లీలు పట్టిస్తేనే కిలో పల్లి నూనె వస్తది... అలాంటిది 150 నుండి 200 రూపాయలకు కిలో రిఫైండ్ ఆయిల్ పల్లి నూనె ప్యాకెట్ ఎలా వస్తుందన్న విషయాన్ని కస్టమర్స్ ఎలా మర్చిపోతున్నారో అర్థం కావడం లేదు. జనాలను పిచ్చోళ్లను చేయడానికి రిఫైండ్ ఆయిల్స్ కంపెనీలు పడరాని పాట్లు పడుతూ ప్రజలను ఆకర్షిస్తున్నాయి. అంతేకాకుండా వివిధ రకాల రసాయనాలతో కృతిమంగా కల్తీ నూనెలను తయారుచేసి ప్రజలకు అంటగడుతున్నారు. వీటిని వినియోగించిన ప్రజలు పలు రకాల అనారోగ్యాల సమస్యల బారిన పడుతున్నారని, కానీ ఈ ఆయిల్స్ ఉపయోగించడం ద్వారానే జబ్బుల బారిన పడుతున్నామనే అసలు విషయాన్ని ప్రజల గ్రహించలేకపోతున్నారని పలువురు ఆయుర్వేద, హోమియోపతి, అల్లోపతి డాక్టర్లు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ప్రజల ఆలోచన మారాలి.. గానుగ నూనెనే కొనాలి..!

ఆరోగ్యకరమైన సమాజం కోసం, ఆరోగ్యకరమైన జీవితం కోసం ప్రజలందరూ గానుగ నూనె బాట పటాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని పలువురు పర్యావరణవేత్తలు, ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

మానవుడి జీవన మనుగడ ప్రకృతితో మమేకమై ఉందని, ప్రకృతి ప్రసాదించిన సహజ సిద్ధమైన పదార్థాలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాల్సి ఉంటుందని గుర్తు చేస్తున్నారు. గానుగ నూనె ప్రకృతితో అనుసంధానమై ఉందని, ఎలాంటి రసాయనాలు, కెమికల్స్ ఇతర పదార్థాలు కల్పకుండా తయారుచేసిన ఎద్దు గానుగ నూనెకు, కోల్డ్ ప్రెస్ గానుగ నూనెలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని కోరుతున్నారు. గానుగ నూనెలకు ధర అధికమైనప్పటికీ, ఆరోగ్యం కన్నా అది అధికం కాదనే విషయాన్ని ప్రజలందరూ గుర్తించుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.

పాత పద్ధతులకు పునాదులు వేద్దాం..!

సాంప్రదాయబద్ధంగా వస్తున్న కొన్ని మంచి పద్ధతులను అలవాటు చేసుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. మన పెద్దలు, పూర్వీకులు గానుగ పట్టించిన నూనెలను వాడి ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తకుండా జీవించే వారని మన పెద్దలు గుర్తు చేస్తున్నారు. వ్యవసాయం చేయడానికి ఆవులను ఎద్దులను కూడా వినియోగించి వ్యవసాయం చేసేవారని, ఆవును పాలకు వినియోగించగా.. ఎద్దును గానుగ కోసం ఉపయోగించేవారని తెలియజేస్తున్నారు. ఎద్దు ద్వారా గానుగ పట్టించిన నూనెలకు అనుకూలమైన వాతావరణం ఏర్పడి నాణ్యమైన, ఆరోగ్యకరమైన, రుచికరమైన ఆయిల్స్ పట్టి ఉపయోగించేవారని, ఇవి ఎంతో శ్రేష్టమని గుర్తు చేస్తున్నారు. అందుకే నాటి ప్రజలు హార్ట్ ఎటాక్, బీపీలు, షుగర్లు లాంటి వ్యాధులే కాకుండా క్యాన్సర్ లాంటి వ్యాధుల పేర్లను కూడా కనీసం వినకపోయేవారని అంటున్నారు. ఏది ఏమైనాప్పటికీ మనం తీసుకునే ఆహార పదార్థాలే మన దేహాన్ని డిసైడ్ చేస్తాయని, ఆయుష్షు ప్రమాణాల రేటును కూడా నిర్ణయిస్తాయని పలు సర్వేలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి.

తూము శైలేష్‌కు ఘనంగా జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపిన వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు

నిజం న్యూస్ కూకట్పల్లి ప్రతినిధి, ఆగస్టు 11: మూసాపేట్ డివిజన్ సీనియర్ నాయకులు,మేడ్చల్--మల్కాజ్గిరి జిల్లా బీజేపీ కార్యదర్శి తూము శైలేష్ జన్మదిన వేడుకలు ఆయన నివాసం వద్ద పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తల సమక్షంలో ఘనంగా నిర్వహించబడ్డాయి. ఈ కార్యక్రమానికి రాష్ట్ర బీజేపీ సీనియర్ నాయకులు వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు హాజరై తూము శైలేష్ ని శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించి, పుష్పగుచ్ఛం అందజేసి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. తూము శైలేష్ పార్టీ సిద్ధాంతాలకు కట్టుబడి మూసాపేట్ డివిజన్‌లో పార్టీ కార్యక్రమాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లడంలో, కార్యకర్తలకు ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉంటూ పార్టీ కోసం శ్రమిస్తున్నారని, శైలేష్ ఆయురారోగ్యాలతో, సుఖసంతోషాలతో నిండు నూరేళ్లు జీవిస్తూ మరింత ఉత్సాహంతో ప్రజాసేవ, పార్టీ సేవలో కొనసాగాలని వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు ఆకాంక్షించారు.

పాలనలో మార్పు రావాలి సిపిఐ

విజయవాడ, సెంట్రల్ ఆగస్టు 11 నిజం న్యూస్: ప్రజల స్వేచ్ఛా జీవితాల కోసం పాలనలో మార్పు రావాలని సీపీఐ ఎన్టీఆర్ జిల్లా కార్యదర్శి దోనేపూడి శంకర్ పిలుపునిచ్చారు. ప్రభుత్వ మతోన్మాద విధానాలను మార్చాలని, విజయవాడ నగర సమగ్రాభివృద్ధికి రూ.50 వేల కోట్లు కేటాయించాలని డిమాండ్ చేశారు. సీపీఐ జాతీయ సమితి పిలుపు మేరకు 'బద్లావ్ జరూరీ హై--మార్పు కావాలి' నినాదంతో ఆగస్టు 6 నుంచి 15 వరకు నిర్వహిస్తున్న ప్రచార పాదయాత్రల్లో భాగంగా విజయవాడ నగర సమితి ఆధ్వర్యంలో ఆరో రోజు పాదయాత్ర చేపట్టారు. ఏలూరు లాకుల సమీపంలోని కరుణ హోటల్ నుంచి పప్పులమిల్లు, కేందారేశ్వరపేట, శాంతినగర్ మీదుగా రాఘవేంద్ర థియేటర్ వరకు పాదయాత్ర సాగింది.ఈ సందర్భంగా దోనేపూడి శంకర్ మాట్లాడుతూ దేశ రాజకీయాల్లో, ప్రజాస్వామ్య విధానాల అమలులో మార్పు రావాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. నిరుద్యోగ సమస్య పరిష్కారం, మతోన్మాదాన్ని ఎదుర్కోవడం, రాజ్యాంగ హక్కుల పరిరక్షణ, ఎన్నికల విధానం, ధరల నియంత్రణ, ఆర్థిక విధానాలు, శ్రామికుల జీవితాల్లో మార్పు రావాలని కోరారు. ఇందుకోసం దేశవ్యాప్తంగా ప్రచార పాదయాత్రలు నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు.నిత్యావసర వస్తువుల ధరలు పెరిగిపోతున్నాయని, నిరుద్యోగ సమస్య తీవ్రంగా ఉందని, రైతులకు గిట్టుబాటు ధరలు లభించడం లేదని విమర్శించారు. విద్యా వ్యవస్థలో సమస్యలు, పేపర్ లీకేజీలు పెరుగుతున్నాయని ఆరోపించారు. ప్రజాస్వామ్య హక్కులను పరిరక్షించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు.రాష్ట్రంలోని కూటమి ప్రభుత్వం కేంద్ర ప్రభుత్వ విధానాలకు మద్దతుగా వ్యవహరిస్తోందని శంకర్ విమర్శించారు. రాష్ట్రంలో వెనుకబడిన ప్రాంతాల అభివృద్ధిని పట్టించుకోకుండా కార్పొరేట్ సంస్థలకు అనుకూల విధానాలు అమలు చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. పాలన, పరిపాలనా విధానాల్లో మార్పు కోసం ప్రజల్లోకి వెళ్తున్నామని తెలిపారు.సీపీఐ నగర కార్యదర్శి జి.కోటేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ విజయవాడ నగర అభివృద్ధిలో కమ్యూనిస్టుల పాత్ర కీలకమని అన్నారు. కొండ ప్రాంతాల్లో ఇళ్ల పట్టాలు, రోడ్లు, మెట్లు, తాగునీరు, అండర్‌గ్రౌండ్ డ్రైనేజీ వంటి మౌలిక వసతుల కల్పనకు గతంలో కమ్యూనిస్టు ప్రజాప్రతినిధులు కృషి చేశారని తెలిపారు. రానున్న నగర పాలక సంస్థల ఎన్నికల్లో ప్రజలకు నిరంతరం అందుబాటులో ఉండే కమ్యూనిస్టు అభ్యర్థులను గెలిపించాలని కోరారు. నగర సమగ్రాభివృద్ధికి వెంటనే రూ.50 వేల కోట్లు కేటాయించాలని, అవసరమైన ప్రాంతాల్లో ఫ్లైఓవర్లు నిర్మించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇళ్లు లేని పేదలకు ఎన్నికల హామీ మేరకు రెండు సెంట్ల స్థలం, ఇంటి నిర్మాణానికి రూ.5 లక్షల ఆర్థిక సహాయం అందించాలని, కొండ ప్రాంతాల్లోని ఇళ్లకు నామమాత్రపు ధరతో రిజిస్ట్రేషన్ చేయాలని కోరారు.ప్రభుత్వం స్పందించకపోతే పాదయాత్ర స్ఫూర్తితో భవిష్యత్తులో మరింత భారీ ఉద్యమాలు చేపడతామని నాయకులు హెచ్చరించారు.కార్యక్రమంలో నగర సహాయ కార్యదర్శి నక్క వీరభద్రరావు, మూలి సాంబశివరావు, పంచదార్ల దుర్గాంబ, తాడి పైదయ్య, కొట్టు రమణారావు, సంగుల పేరయ్య, తునాం వీరయ్య, లంకా గోవిందరాజులు, కాళ్ల చినప్ప, పి.తాతారావు, మూలి శ్రీమానారాయణ, రాచకుల శ్రీనివాసరావు, ఆర్.పిచ్చయ్య, పసిడికత్తులు రాము, పి.రాజు, ఏఐటీయూసీ నాయకులు కె.ఆర్.ఆంజనేయులు, బెవర శ్రీనివాసరావు, ఆర్.ప్రభుదాస్, మహిళా సమాఖ్య నాయకులు బంక ఝాన్సీ, డి.సీతారావమ్మ, డి.రవణమ్మ, నీలపు భాగ్యలక్ష్మి, అనిత, షైనీ, ఏఐవైఎఫ్ నాయకులు వెంకీ, మోహన్, రవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిజం దృష్టి తెలుగు న్యూస్
బుధవారం 12-08-2026

భారతీయ పర్యాటకులకు బడ్జెట్ ఫ్రెండ్లీ విదేశీ యాత్రలు..

వీసా లేకుండానే ఆ దేశాలను సందర్శించవచ్చుట!

ప్రస్తుత పోటీ ప్రపంచంలో పనిభారం, ఒత్తిడి నుంచి కాస్తా ఉపసమనం పొందేందుకు విహార యాత్రలు, విదేశీ పర్యటనలకు వెళ్లాలని చాలా మంది అనుకుంటుంటారు. కానీ వాటికి అయ్యే ఖర్చులు, బడ్జెట్ పరిమితుల చూసి వారి ప్రయాణాలను వాయిదా వేస్తుంటారు. అయితే, ఇలా విదేశీ యాత్రలకు వెళ్లాలనుకునే భారతీయ ప్రయాణికులు ఇప్పుడు తక్కువ ఖర్చుతోనే ప్రపంచంలోని ఈ అద్భుతమైన దేశాలను సందర్శించవచ్చు. ఇటీవలి ట్రావెల్ గైడ్‌లు, పర్యాటక రంగ నిపుణుల తెలిపిన వివరాల ప్రకారం. ప్రపంచంలోని కొన్ని దేశాలు భారతీయులకు తక్కువ ఖర్చుతో తమ దేశల సందర్శనకు వీలు కలిపిస్తున్నాయి. వీటితో పాటు వీసా ప్రక్రియలను కూడా సులబతరం చేశాయి. అక్కువ ఖర్చుతో ప్రయాణ అనుభవానలు అందుబాటులోకి తెచ్చిన దేశాల్లోథాయ్‌లాండ్, నేపాల్, భూటాన్, శ్రీలంక ఉన్నాయి భారతీయ పర్యాటకులు బడ్జెట్‌లో మంచి పర్యాటక అనుభావన్ని పొందాలనుకుంటే భూటన్ అద్భుతమైన ఎంపిక అంటున్నారు టూరిస్ట్ గైడ్‌లు. ఈ దేశంలో పర్యాటకులు స్వచ్ఛమైన పర్యావరణాన్ని ఆస్వాధించవచ్చు. అయితే, భారతీయ పర్యాటకులు ఈ దేశంలోకి వీసా లేకుండానే ప్రవేశించవచ్చుట. దీంతో పాటు ఇక్కడి సుందరమైన ప్రదేశాల్లో రవాణా ఖర్చులు, నివాస గృహాలు కూడా తక్కువ ధరల్లోనే లభిస్తాయట. భారతీయ పర్యాటకులు బడ్జెట్‌లో మంచి పర్యాటక అనుభావన్ని పొందాలనుకుంటే భూటన్ అద్భుతమైన ఎంపిక అంటున్నారు టూరిస్ట్ గైడ్‌లు. ఈ దేశంలో పర్యాటకులు స్వచ్ఛమైన పర్యావరణాన్ని ఆస్వాధించవచ్చు. అయితే, భారతీయ పర్యాటకులు ఈ దేశంలోకి వీసా లేకుండానే ప్రవేశించవచ్చుట. దీంతో పాటు ఇక్కడి సుందరమైన ప్రదేశాల్లో రవాణా ఖర్చులు, నివాస గృహాలు కూడా తక్కువ ధరల్లోనే లభిస్తాయట.

భారతీయ పర్యాటకులకు తక్కువ ఖర్చుతో ప్రసిద్ధ ప్రదేశాల సందర్శనను అందుబాటులోకి తెచ్చిన మరో దేశం నేపాల్. హిమాలయ పర్వతాల సమీపంలో ఉన్న ఈ దేశం ట్రెక్కింగ్, ఆధ్యాత్మిక అన్వేషకులకు స్వర్గధామం అని చెప్పవచ్చు. అయితే, భారతీయ పర్యాటకులు చెల్లుబాటు అయ్యే గుర్తింపు కార్డుతో ఎలాంటి ఆంక్షలు లేకుండా ఈ దేశంలో పర్యటించవచ్చుట. ఈ దేశంలోని ప్రసిద్ధ నగరాల్లో రోజువారీ ఖర్చులు కూడా చాలా తక్కువగా ఉంటాయట. భారతీయ పర్యాటకులకు అందుబాటు ధరల్లోనే రవాణా, హొటళ్లు లభిస్తాయట. భారతీయ పర్యాటకులకు తక్కువ ఖర్చుతో ప్రసిద్ధ ప్రదేశాల సందర్శనను అందుబాటులోకి తెచ్చిన మరో దేశం నేపాల్. హిమాలయ పర్వతాల సమీపంలో ఉన్న ఈ దేశం ట్రెక్కింగ్, ఆధ్యాత్మిక అన్వేషకులకు స్వర్గధామం అని చెప్పవచ్చు. అయితే, భారతీయ పర్యాటకులు చెల్లుబాటు అయ్యే గుర్తింపు కార్డుతో ఎలాంటి ఆంక్షలు లేకుండా ఈ దేశంలో పర్యటించవచ్చుట. ఈ దేశంలోని ప్రసిద్ధ నగరాల్లో రోజువారీ ఖర్చులు కూడా చాలా తక్కువగా ఉంటాయట. భారతీయ పర్యాటకులకు అందుబాటు ధరల్లోనే రవాణా, హొటళ్లు లభిస్తాయట.

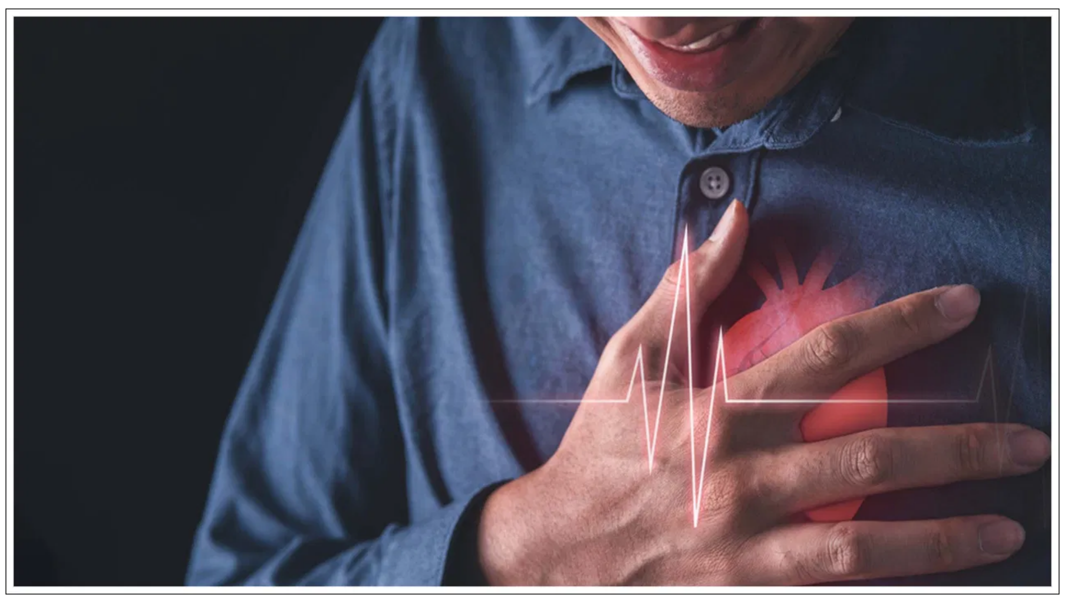
సుందరమైన బీచ్‌లు, గొప్ప సాంస్కృతిక వారసత్వంతో భారతీయ పర్యాటకులను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంటోన్న దేశం థాయ్‌ల్యాండ్. ఈ దేశంలో భారతీయ పర్యాటకులు 30 రోజుల వరకు వీసా లేకుండానే పర్యటించవచ్చుట. దీనితో పాటు ఈ దేశంలోని ప్రసిద్ధ ప్రదేశాల వద్ద తక్కువ ధరకే వసతి, ఆహారం లభిస్తాయట. దీంతో పర్యాటకులు ఎక్కువ ఖర్చు చేయకుండానే ఆదేశ అందాలను ఆస్వాదించవచ్చు. సుందరమైన బీచ్‌లు, గొప్ప సాంస్కృతిక వారసత్వంతో భారతీయ పర్యాటకులను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంటోన్న దేశం థాయ్‌ల్యాండ్. ఈ దేశంలో భారతీయ పర్యాటకులు 30 రోజుల వరకు వీసా లేకుండానే పర్యటించవచ్చుట. దీనితో పాటు ఈ దేశంలోని ప్రసిద్ధ ప్రదేశాల వద్ద తక్కువ ధరకే వసతి, ఆహారం లభిస్తాయట. దీంతో పర్యాటకులు ఎక్కువ ఖర్చు చేయకుండానే ఆదేశ అందాలను ఆస్వాదించవచ్చు.

వీసా లేకుండానే 30 రోజుల పాటు భారతీయ పర్యాటకులు తమ దేశంలో పర్యటించే అవకాశాన్ని కల్పిస్తున్న మరో దేశం శ్రీలంక. ఈ దేశం భారతదేశానికి కొద్ది దూరంలోనే ఉండడంతో ప్రయాణ ఖర్చు కూడా తక్కువగానే ఉంటుంది. ఈ దేశంలో ప్రశాంతమైన సముద్ర తీరాలు, ప్రాచీన శిధిలాలు, పచ్చని ప్రకృతి పర్యాటకులను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంటోంది. ఈ ప్రాంతాల్లోని రవాణా ఖర్చులు కూడా పర్యాటకులకు అందుబాటులోనే ఉంటాయట. తక్కువ ఖర్చుతో సుందరమైన ప్రదేశాలను సందర్శించేందుకు శ్రీలంక గొప్ప ఎంపిక అని పర్యాటక ప్రేమికులు చెబుతున్నారు. వీసా లేకుండానే 30 రోజుల పాటు భారతీయ పర్యాటకులు తమ దేశంలో పర్యటించే అవకాశాన్ని కల్పిస్తున్న మరో దేశం శ్రీలంక. ఈ దేశం భారతదేశానికి కొద్ది దూరంలోనే ఉండడంతో ప్రయాణ ఖర్చు కూడా తక్కువగానే ఉంటుంది. ఈ దేశంలో ప్రశాంతమైన సముద్ర తీరాలు, ప్రాచీన శిధిలాలు, పచ్చని ప్రకృతి పర్యాటకులను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంటోంది. ఈ ప్రాంతాల్లోని రవాణా ఖర్చులు కూడా పర్యాటకులకు అందుబాటులోనే ఉంటాయట. తక్కువ ఖర్చుతో సుందరమైన ప్రదేశాలను సందర్శించేందుకు శ్రీలంక గొప్ప ఎంపిక అని పర్యాటక ప్రేమికులు చెబుతున్నారు.

విదేశాల పర్యటనకు వెళ్లాలనుకునే ప్రయాణికులకు తాజాగా వియత్నాం కూడా గుడ్ న్యూస్ చెప్పినట్టు తెలుస్తోంది. ఈ దేశంలో కూడా వీసా లేకుండా భారతీయులు పర్యటించేందుకు అవకాశం కలగనుంది. టూరిస్టులను ఆకర్షించే పథకంలో భాగంగా ఈ యోచనలో ఉన్నట్టు సమాచారం. విదేశాల పర్యటనకు వెళ్లాలనుకునే ప్రయాణికులకు తాజాగా వియత్నాం కూడా గుడ్ న్యూస్ చెప్పినట్టు తెలుస్తోంది. ఈ దేశంలో కూడా వీసా లేకుండా భారతీయులు పర్యటించేందుకు అవకాశం కలగనుంది. టూరిస్టులను ఆకర్షించే పథకంలో భాగంగా ఈ యోచనలో ఉన్నట్టు సమాచారం.

మీకు ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తున్నాయా? గుండెకు వాపు ప్రమాదం.. జాగ్రత్త!

గుండె జబ్బులు ఎవరినైనా ప్రభావితం చేయవచ్చు. నిర్లక్ష్యం చేస్తే, అది ప్రాణాంతక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. సకాలంలో రోగ నిర్ధారణ, నివారణ చర్యలు మిమ్మల్ని సురక్షితంగా ఉంచడానికి సహాయపడతాయి. నిపుణులు ఇచ్చిన ఈ క్రింది చిట్కాలను పాటించడం ద్వారా మీరు ఈ సమస్య నుండి మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోవచ్చు. ముంబైలోని సర్ హెచ్.ఎన్. రిలయన్స్ ఫౌండేషన్ హాస్పిటల్, రీసెర్చ్ సెంటర్‌లో కార్డియాక్ సర్జన్ డాక్టర్ బిపిన్ చంద్ర భామ్రే గుండె జబ్బు అంటే ఏమిటో వివరిస్తున్నారు?



గుండెల్లో మంట అంటే ఏమిటి?

గుండె వాపు. దీనిని మయోకార్డిటిస్ (గుండె కండరాల వాపు) లేదా పెరికార్డిటిస్ (గుండె బయటి పొర వాపు) అని కూడా పిలుస్తారు. ఇది ఇన్ఫెక్షన్, ఆటో ఇమ్యూన్ రియాక్షన్ లేదా హానికరమైన పదార్థాలకు గురికావడం వల్ల గుండె పనితీరు దెబ్బతింటుంది. ఈ పరిస్థితి గుండె రక్తాన్ని సమర్థవంతంగా పంప్ చేసే సామర్థ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. వెంటనే చికిత్స చేయకపోతే సమస్యలకు దారితీస్తుంది. ఈ పరిస్థితి ఏ వయసులోనైనా సంభవించవచ్చు. కొన్నిసార్లు జలుబు, ఫ్లూ లేదా %జూ౦×ణ%-19 వంటి వైరల్ అనారోగ్యం తర్వాత కూడా కనిపిస్తుంది.

ప్రారంభ లక్షణాలు ఏమిటి?

ఛాతీ నొప్పి లేదా అసౌకర్యం విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నప్పుడు కూడా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది అసాధారణ అలసట ఛాతీ నొప్పి లేదా క్రమరహిత హృదయ స్పందన పాదాలు, చీలమండలు లేదా కాళ్ళ వాపు తలతిరగడం లేదా మూర్ఛపోవడం జ్వరం లేదా ఇన్ఫెక్షన్ లక్షణాలు ఈ లక్షణాలు ఒత్తిడి లేదా అజీర్ణం వంటి ఇతర పరిస్థితులను పోలి ఉండటం వలన గందరగోళంగా ఉండవచ్చు. అయితే, గుండెల్లో మంట విషయానికి వస్తే, దానిని విస్మరించకండి. అలాగే సకాలంలో చికిత్స పొందండి. సకాలంలో చికిత్స కోలుకునే అవకాశాలను పెంచుతుంది.

లక్షణాలను ఎందుకు విస్మరించకూడదు?

ఈ గుండె వాపు గుండెను బలహీనపరుస్తుంది. రక్తాన్ని పంప్ చేసే సామర్థ్యాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. చికిత్స చేయకపోతే ఇది ఈ క్రింది సమస్యలకు దారితీస్తుంది. గుండె ఆగిపోవడం, అసాధారణ గుండె లయ (అరిథ్మియా), రక్తం గడ్డకట్టడం, శాశ్వత గుండె దెబ్బతినడం, తీవ్రమైన సందర్భాల్లో, ఆకస్మిక గుండెపోటు. లక్షణాలను విస్మరిస్తే, రోగి ఆరోగ్యం క్షీణిస్తుంది. ఆ వ్యక్తి రోజువారీ కార్యకలాపాలను సులభంగా చేయలేడు. అందువల్ల ఈ పరిస్థితి ప్రాణాంతకం కావచ్చు.

గుండెల్లో మంటను నివారించడానికి చిట్కాలు:

చేతుల పరిశుభ్రతను పాటించడం. అనారోగ్యంతో ఉన్న వ్యక్తులతో సంబంధాన్ని నివారించడం, ఫ్లూ, 19 వంటి వ్యాక్సిన్‌లపై తాజాగా ఉండటం ద్వారా ఇన్ఫెక్షన్ నుండి మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోండి. పోషకమైన ఆహార ఎంపికలు చేసుకోవడం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం, తగినంత నిద్రపోవడం. మీ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోండి. ధూమపానం, మద్యం సేవించడం, మాదకద్రవ్యాల వాడకాన్ని మానుకోండి. ఎందుకంటే ఈ పదార్థాలు గుండెను చికాకుపెడతాయి. వాపు ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. మీకు ఛాతీ నొప్పి లేదా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది ఎదురైతే, వైద్య సహాయం తీసుకోండి. ఒత్తిడి రోగనిరోధక శక్తిని బలహీనపరుస్తుంది. వాపును పెంచుతుంది. యోగా, ధ్యానం లేదా లోతైన శ్వాస వ్యాయామాలు చేయండి. మీకు అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం లేదా ఆటో ఇమ్యూన్ రుగ్మతలు ఉంటే, వాటిని సరిగ్గా నిర్వహించండి. గుండె జబ్బులను ముందుగానే గుర్తిస్తే చికిత్స చేయవచ్చు. ప్రారంభ లక్షణాలను విస్మరించవద్దు. అలాగే మీ గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడానికి నివారణ చర్యలు అనుసరించండి.

బొద్దింకలు తల తెగినా ఎలా బతుకుతాయి?

ఆహారం లేకుండా ఎన్ని రోజులు జీవిస్తాయి?

బొద్దింకల శరీరాలకు బయట వైపు వాక్సీ కోటింగ్ (మైనపు పూత) ఉంటుంది. ఇది వాటి శరీరం నుంచి నీరు బయటికి రాకుండా సాయపడుతుంది. అందుకే, నీరు లేకుండా అవి ఎక్కువ కాలం బతుకుతాయని అమెరికాలోని మసాచుసెట్స్ యూనివర్సిటీ ప్రొఫెసర్, బొద్దింకల శరీర నిర్మాణంపై.. స్వల్ప గాయంతో కూడా చనిపోయే కీటకాలను మీరు చాలా చూసి ఉంటారు. కానీ తల నరికిన తర్వాత కూడా 9 రోజులు బతికే ఒక కీటకం కూడా ఉంది. అదే బొద్దింక. దీని తల తెగిపోయిన తర్వాత కూడా అది దాదాపు 9 రోజులు బతికే ఉంటుంది. మరి ఎలా బతుకుతుందో తెలుసుకుందాం. బొద్దింకల మనుగడ గురించి ఆసక్తికరమైన విషయాలు ఉన్నాయి. నిజానికి, ఇది ఒక అద్భుతం లేదా మాయాజాలం కాదు. కానీ బొద్దింక శరీరంలో ఉన్న ఒక ప్రత్యేక నిర్మాణం వల్ల ఇది జరుగుతుంది. బొద్దింకలు వాటి ముక్కు ద్వారా శ్వాస తీసుకోవు. వాటి శరీరంలో శ్వాస తీసుకోవడానికి చాలా చిన్న రంధ్రాలు ఉంటాయి. వాటి ద్వారా అవి గాలి పీల్చుకుంటాయి. అందుకే బొద్దింక తల నరికిన తర్వాత కూడా అది 9 రోజులు సజీవంగా ఉంటుంది.

9 రోజుల తర్వాత మరణిస్తుందా?

9 రోజులు జీవించిన తర్వాత బొద్దింక చనిపోతుంది. బొద్దింక ఆకలి కారణంగా చనిపోతుంది. ఎందుకంటే బొద్దింక ఒక వారం కంటే ఎక్కువ కాలం ఆకలి, దాహంతో తట్టుకోగలదు. బొద్దింక తలను తెగినప్పుడు అది దాదాపు 9 రోజులు ఆహారం, నీరు లేకుండా బతికే ఉంటుంది. ఆ తర్వాత చనిపోతుంది. అంటే 9 రోజుల పాటు ఎలాంటి ఆహారం లేకుండా బతికే సామర్థ్యం ఉంటుంది.

బొద్దింకలపై ప్రయోగం:

ఇదిలా ఉండగా, ఫిబ్రవరి 20, మార్చి 4న బొద్దింకలపై ప్రయోగం నిర్వహించారు నిపుణులు. రెండు బొద్దింకలను పట్టుకుని వాటికి ఎలాంటి ఆహారం లేదా నీరు ఇవ్వకుండా ఏసీ కంటైనర్‌లో పెట్టి, ప్రతిరోజూ వాటిని గమనించారు. తొలి వారం అవి చాలా చురుకుగా ఉండి, బయటకి వచ్చేందుకు ప్రయత్నించాయి. రెండో వారం వాటి ప్రవర్తనలో చాలా తేడా కనిపించిందని తెలిపారు. తర్వాత మెల్లమెల్లగా వాటి శరీర కదలికలు తగ్గాయి. చివరికి పూర్తిగా కదలకుండా దాదాపు గాఢ నిద్రలోకి జారుకున్నట్లు అయ్యాయి. కానీ, అవి బతికే ఉన్నాయి. రెండు నెలలు బతికిన తర్వాత, ఏప్రిల్ 17న మొదటిసారి పట్టుకున్న బొద్దింక చనిపోయింది. అంటే ఆహారం లేదా నీరు లేకుండా ఈ బొద్దింక 56 రోజులు బతకగలిగింది. అలాగే, రెండో బొద్దింక మే 5న చనిపోయింది. ఇది ఆహారం లేదా నీరు లేకుండా 62 రోజులు బతికింది. బొద్దింకల శరీరాలకు బయట వైపు వాక్సీ కోటింగ్ (మైనపు పూత) ఉంటుంది. ఇది వాటి శరీరం నుంచి నీరు బయటికి రాకుండా సాయపడుతుంది. అందుకే, నీరు లేకుండా అవి ఎక్కువ కాలం బతుకుతాయని అమెరికాలోని మసాచుసెట్స్ యూనివర్సిటీ ప్రొఫెసర్, బొద్దింకల శరీర నిర్మాణంపై పరిశోధనలు చేసే డాక్టర్ జోసెఫ్ కాంకెల్ చెప్పారు.

బొద్దింకల ద్వారా అనేక వ్యాధులు వ్యాపిస్తాయి.

బొద్దింక అనేది చెత్త నుండి పుస్తకాలు, పండ్లు, స్వీట్లు, ఆహారం వరకు ప్రతిదీ తినే జీవి. కానీ బొద్దింకలు ఫుడ్ పాయిజనింగ్, టైఫాయిడ్, అలెర్జీ, దద్దుర్లు, కళ్ళ నుండి నీరు కారడం, నిరంతర తుమ్ములు, అనేక తీవ్రమైన వ్యాధులను కూడా వ్యాపిస్తాయి.

శ్వాస లేకుండా 40 నిమిషాలు

బొద్దింక గురించి అత్యంత ప్రత్యేకమైన విషయం ఏమిటంటే అది దాదాపు 40 నిమిషాలు తన శ్వాస లేకుండా ఉండగలదు. అందుకే అది నీటిలో మునిగి చనిపోదు. బొద్దింక జీవితకాలం దాదాపు 1 సంవత్సరం. అలాగే బొద్దింక పెద్దదిగా మారడానికి దాదాపు 4 నెలలు పడుతుంది.

గర్భధారణ సమయంలో మహిళలు ఖర్జూరాలు ఎందుకు తినాలి? ప్రయోజనాలేంటి?

అందుకే మహిళలు గర్భధారణ సమయంలో ఖర్జూరాలు తినేటప్పుడు అవి గొప్ప పోషక మద్దతును అందిస్తాయి. మీకు డయాబెటిస్ ఉంటే, ఖర్జూరాలను తీసుకునేటప్పుడు మీరు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ఎందుకంటే ఇందులో చక్కెర అధికంగా ఉంటుంది. వీటి వల్ల అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి.. ఖర్జూరాలు ఫోలేట్ చాలా మంచి మూలంగా పరిగణిస్తారు. ఇది అందరికీ అవసరమైనదిగా ఉంటుంది. కానీ గర్భిణీ స్త్రీలకు ఇది చాలా ముఖ్యమైనది. గర్భధారణ సమయంలో మహిళలు తరచుగా ఫోలేట్ సప్లిమెంట్లను తీసుకోవాలని సలహా ఇస్తారు వైద్యులు. అందుకే మహిళలు గర్భధారణ సమయంలో ఖర్జూరాలు తినేటప్పుడు అవి గొప్ప పోషక మద్దతును అందిస్తాయి. మీకు డయాబెటిస్ ఉంటే, ఖర్జూరాలను తీసుకునేటప్పుడు మీరు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ఎందుకంటే ఇందులో చక్కెర అధికంగా ఉంటుంది. వీటి వల్ల అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఫైబర్, పోటాషియం.. మరెన్నో..: ఖర్జూరాలు ఫైబర్, పొటాషియం, మెగ్నీషియం, ఐరన్, ఫోలేట్, విటమిన్ కె, విటమిన్ బి6 వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు శిశువు ఆరోగ్యకరమైన అభివృద్ధికి, తల్లి ఆరోగ్యానికి చాలా ముఖ్యమైనవి. సహజ శక్తికి మూలం: ఖర్జూరాలు కార్బోహైడ్రేట్ల సహజ మూలం. ఇవి గర్భధారణ సమయంలో తక్షణ శక్తిని అందించగలవు, అలసటతో పోరాడగలవు. మిమ్మల్ని చురుకుగా ఉంచుతాయి. అవి జీర్ణ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి: ఖర్జూరాలలో అధిక ఫైబర్ కంటెంట్ మలబద్ధకాన్ని నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది గర్భధారణ సమయంలో సాధారణ సమస్య. ఫైబర్ క్రమం తప్పకుండా ప్రేగు కదలికలను ప్రోత్సహించడానికి, జీర్ణ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి సహాయపడుతుంది. కొన్ని అధ్యయనాల ప్రకారం.. గర్భం చివరి దశలలో ముఖ్యంగా చివరి కొన్ని వారాలలో ఖర్జూరాలు తినడం వల్ల గర్భాశయ విస్తరణను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఖర్జూరాలు రక్తపోటు నియంత్రణ: ఖర్జూరాలలో పొటాషియం ఉంటుంది. ఇది రక్తపోటు స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. రక్తపోటులో హెచ్చుతగ్గులను అనుభవించే గర్భిణీ స్త్రీలకు ఇది ప్రయోజనకరంగా ఉండవచ్చు. బొద్దింకలు తల తెగినా ఎలా బతుకుతాయి?.. ఆహార లేకుండా ఎన్ని రోజులు.. స్టార్ గుర్తు ఉన్న రూ.500 నోటు నకిలీదా..? ఆర్బీఐ ఏం చెప్పింది! ఒక్క ఫోన్ కాల్.. అకౌంట్ నుంచి రూ.1.4 కోట్లు మాయం.. రోజుకు కేవలం రూ.50 పెట్టుబడితో మీ చేతికి రూ. 35 లక్షలు పుష్కలంగా ఐరన్: గర్భధారణ సమయంలో ఐరన్ లోపం ఒక సాధారణ ఆందోళన. ఖర్జూరాలు ఇనుముకు మంచి మూలం. ఇది ఎర్ర రక్త కణాల ఉత్పత్తికి, రక్తహీనతను నివారించడానికి అవసరం. వాటికి యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు: ఖర్జూరాలలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. వీటిలో ఫ్లేవనాయిడ్లు, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు ఉన్నాయి. ఇవి ఫ్రీ రాడికల్స్ వల్ల కలిగే నష్టం నుండి కణాలను రక్షించడంలో సహాయపడతాయి.

కొబ్బరికాయలో దాగివున్న ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే..!

కొబ్బరి నూనెలోని సమృద్ధిగా ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి, కీమోథెరపీ వల్ల కలిగే కణాలు చనిపోకుండా కాపాడే అవకాశం ఉంది కూడా. కొబ్బరిలో మాంగనీస్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది ఎముకల ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తుంది. వయస్సుతో పాటు కలిగే ఎముకల నష్టం నుంచి రక్షిస్తుంది. చాలా మంది సాక్స్ లేకుండా బూట్లు ధరిస్తారు. స్టైల్ కోసం యువతలో ఎక్కువగా ఇది కనిపిస్తుంది. కొబ్బరి ఉత్పత్తులను ఏ రకంగా తిన్నా కూడా శరీరానికి బోలెడు బెనిఫిట్స్ అందుతాయని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. కొబ్బరి పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉన్న కాయ. కొబ్బరి నీళ్లు, కొబ్బరి పాలు, కొబ్బరి నూనె విలువైనవి. వీటిల్లో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, సహజ ఎలక్ట్రోలైట్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఫలితంగా కొబ్బరిని ఏ రకంగా చూసుకున్న కూడా అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందుతాయని అంటున్నారు. కొబ్బరితో కలిగే శక్తివంతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలేంటో తెలుసుకుందాం. కొబ్బరి నూనెతో చాలా మంది ఆయిల్ పుల్లింగ్ చేస్తుంటారు. దంత క్షయం, ఆహారం ద్వారా సంక్రమించే వ్యాధులను కలిగించే బాక్టీరియాను కొబ్బరి నూనెను పుక్కిలించి తగ్గించుకోవచ్చు. కొబ్బరిలో కార్బోహైడ్రేట్లు తక్కువగా ఉంటాయి. ఫైబర్, కొవ్వు సమృద్ధిగా ఉండి, ఇన్సులిన్ నిరోధకతను తగ్గించడానికి, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడానికి సహాయపడుతుంది. కొబ్బరిలో ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఇవి ఫ్రీ రాడికల్స్‌ను తటస్థీకరించడానికి, %ణచీూ% నష్టం జరగకుండా కాపాడతాయి. కొబ్బరి నూనెలోని సమృద్ధిగా ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి, కీమోథెరపీ వల్ల కలిగే కణాలు చనిపోకుండా కాపాడే అవకాశం ఉంది కూడా. కొబ్బరిలో మాంగనీస్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది ఎముకల ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తుంది. వయస్సుతో పాటు కలిగే ఎముకల నష్టం నుంచి రక్షిస్తుంది. చాలా మంది సాక్స్ లేకుండా బూట్లు ధరిస్తారు. స్టైల్ కోసం యువతలో ఎక్కువగా ఇది కనిపిస్తుంది.

గర్భనిరోధక మాత్రలు నిజంగా సేఫేనా..?

నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారు..?

మహిళలందరూ గర్భనిరోధక మాత్రలు వాడటం సౌకర్యంగా భావిస్తారు. ఇవి గర్భధారణను నియంత్రించడం కోసం ఎంతో కాలంగా ఉపయోగిస్తున్న పద్ధతులు. అయితే ఇలాంటి మాత్రలు వాడినప్పుడు కొంతమందికి ప్రమాదాలు ఉండవచ్చని కొత్త అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా ఈ మందులు కొన్ని రకాల గుండె సంబంధిత సమస్యలతోపాటు పక్షవాతం అనే తీవ్రమైన ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచవచ్చని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. గర్భనిరోధక మందుల వాడకానికి ముందు వైద్యుల సలహా తప్పనిసరిగా తీసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఈ మధ్యకాలంలో 18 నుంచి 49 ఏళ్ల మధ్య యువతుల్లో కనిపించే క్రిప్టోజెనిక్ స్ట్రోక్ (ఏ కారణం లేకుండా మెదడులో రక్త ప్రవాహం ఆగిపోవడం)పై పరిశోధనలు జరిగాయి. వీటిలో హార్మోన్ మాత్రలు వాడే మహిళల్లో ఈ ప్రమాదం మూడు రెట్లు ఎక్కువగా ఉండటం గుర్తించారు. అంతేకాకుండా ఇతర ఆరోగ్యపరమైన ప్రమాదకారక అంశాలు ఉన్నా కూడా స్ట్రోక్ వచ్చే అవకాశంలో గణనీయమైన తగ్గుదల కనిపించలేదని పరిశోధకులు పేర్కొన్నారు. నిపుణుల వివరణ ప్రకారం.. హార్మోన్ మాత్రల్లో ఉండే ఈస్ట్రోజెన్ అనే పదార్థం రక్తం గడ్డ కట్టే ప్రభావాన్ని పెంచుతుందని తెలియజేశారు. సాధారణంగా రక్తంలో గడ్డకట్టే ప్రక్రియ సహజమే అయినప్పటికీ.. ఈస్ట్రోజెన్ ఎక్కువ మోతాదులో ఉంటే ఇది ప్రమాదకరం అవుతుంది. గడ్డ కట్టడం వల్ల మెదడుకు రక్తం సరఫరా తగ్గి పక్షవాతం వచ్చే అవకాశం ఎక్కువవుతుంది. ఇంకొక ముఖ్యమైన అంశం ఏమిటంటే.. పొగ తాగడం, అధిక బరువు, మైగ్రేన్ లాంటి పరిస్థితులు ఉంటే ఈ ప్రమాదం మరింత పెరుగుతుంది. ప్రత్యేకించి ఈస్ట్రోజెన్, ప్రొజెస్టెరోన్ కలిపిన హార్మోన్ మాత్రల్లో ఉండే కృత్రిమ ఈస్ట్రోజెన్ వల్ల ఈ ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుంది. వజైనల్ రింగ్, ప్యాచ్ లాంటి ఇతర హార్మోన్ల పద్ధతుల వాడకం కూడా పక్షవాతం ప్రమాదాన్ని పెంచే అవకాశం ఉంది. అయితే ఇది చాలా అరుదైన ప్రమాదం మాత్రమే. 4,700 మందిలో ఒక్కరికి మాత్రమే ఇది సంభవించవచ్చు. కానీ ఈ మాత్రలు వాడే మహిళల సంఖ్య భారీగా ఉండటం వల్ల.. మొత్తం మీద ఈ ప్రమాదం అందరికీ పెద్ద సమస్యగా మారుతుంది. అయితే ఈ ప్రమాదాలను అర్థం చేసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. గర్భనిరోధక మందులు వాడటం వల్ల కలిగే ప్రమాదాలతో పాటు, గర్భధారణ సమయంలో కూడా రక్తం గడ్డ కట్టే ప్రమాదం చాలా ఎక్కువగా ఉంటుందని కూడా తెలుసుకోవాలి. అందువల్ల తల్లి బిడ్డ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అన్నింటినీ పరిగణించి జాగ్రత్తగా ఎంచుకోవడం అవసరం. ఈ అంశంపై మరింత పరిశోధనలు జరపాల్సిన అవసరం ఉంది. మహిళలు తమ శరీరానికి సంబంధించిన నిర్ణయాలు తీసుకునేటప్పుడు పూర్తి సమాచారం కలిగి ఉండటం చాలా అవసరం. ఈ మాత్రలు వాడటం వల్ల కొంతమేర రక్తం గడ్డకట్టే ప్రమాదం పెరుగుతుందని తాజా అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. కానీ ప్రతి వ్యక్తి పరిస్థితి వేరు కావడం వల్ల వైద్యులతో మాట్లాడి, ఆలోచించి నిర్ణయం తీసుకోవాలి. ఇలాంటి మందుల వాడకానికి ప్రత్యామ్నాయాలు ఉంటే అవి కూడా పరిశీలించాల్సి ఉంటుంది.